



མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དྲེ།
དཔེ་དྲེ་དང་པ། སྒྲིག་གཞི།

ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
ཐིམ་ཕུག།

པར་དབང་།	© རྫོང་ཁགོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
སྤྱི་ལོ།	༢༠༢༡ ལྷ།
བསྐྱུག་སྒྲིག་།	རྣམ་རྒྱལ་འཕྲིན་ལེགས། ལུ་རྒྱུན་བསྐྱུན་འཛིན། བསྐྱུན་འཛིན་དབང་ལྷུག། ཡུར་པ་དོ་ཨེ། བསོད་ནམས་དོ་ ཨེ། བསྐྱུན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ། རྒྱིད་བ་ལྷ་སྤྱོན། སངས་རྒྱལ་ལྷན་གྲུབ།
ཁུན་དག།	བསྐྱུན་འཛིན་དབང་ལྷུག། རྣམ་རྒྱལ་འཕྲིན་ལེགས། བསོད་ནམས་དོ་ཨེ།
འབྲེམས་ཨང་།	༡༢༢
བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་།	༣༢༢༩༩༢
པར་འཕྲིན་ཨང་།	༣༢༢༩༩༢
སྒྲིག་འཕྲིན།	ddc@dzongkha.gov.bt
ཡོངས་འབྲེལ།	www.dzongkha.gov.bt
པར་སྒྲུབ།	ཀུན་གསལ་ལས་འཛིན། ཐེམ་ལུག།

བཀའ་བློན་དགའ་ཚོར། རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞིམ་ལྷན་ཚོགས། དེ་ཡང་འབྲུག་གི་གཞིམ་ལྷན་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་༢༠༡༤ ཅན་མ་
འདི་ལག་དེབ་དེ་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་གསུགས་དཔེ་དེབ་སྤེལ་གཏེན་འཐབ་ཡོད།

དཀར་ཆག།

༡༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ² བ། ཞི་གཤེག་པའི་སྤྲིག་བཀོད།		༡
2༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ³ བ། ཞི་གཤེག་པའི་བཅི་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོད།		4
3༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ⁴ བ། གདམ་འཇགས་ཞི་གཤེག་གི་གཤེག་བཙུགས། གདམ་འབྲུ་དང་གཤེག་བསྐྱོས།		6
4༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ⁵ བ། ལག་འབག་གཤེག་བཙུགས།		8
5༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ⁶ བ། སྤྲི་གཤེག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཤེག།		10
6༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ⁷ བ། གཤེག་ཐོག་གི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ།		13
7༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ⁸ བ། རལ་གསོ།		14
8༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ⁹ བ། དདུལ་ཐོགས། འབྲས་དང་ཁེཔན།		22
9༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ¹⁰ བ། ལུ་ཤུལ་འཛིན་སྦྱོང་ལམ་ལུགས། མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྦྱོང།		26
10༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ¹¹ བ། གོ་གནས་ཡར་སེང།		28
11༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ¹² བ། གནས་སོར།		30
12༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ¹³ བ། སྐབས་གཤེག།		34
13༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ¹⁴ བ། འགྲོ་འགྲུལ།		38
14༽	བཙའ་ཡིག་ལེའུ་ ¹⁵ བ། གཤེག་གྲོལ།		44
15༽	ངེས་ཆོག།		48

༡༽ བཅའ་ཡིག་ལེའུ་ ༥ ཞིག་ཡོད་གི་སྒྲིག་བཀོད།

༢.༡༽ རྒྱལ་ཁྲུང་སྤྱི་ལོ་

ལེའུ་ཚན་འདི་ནང་ སྒྲིག་བཀོད། གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་དང་གནས་རིམ། ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན། རྒྱུ་གསལ་སྡེ་ཚན། ཞིག་ཡོད་གི་དབྱེ་རིམ། གཞི་གཞུག་ལྟར་ལཱ། གོ་གནས་རིམ་པའི་བཅད་མཚམས་ཚུ་ཡོད།

༢.༢༽ ཞིག་ཡོད་སྒྲིག་བཀོད།

༢.༢.༡༽ དེ་ཡང་ གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་དང་། གོ་རིམ། སྒྲིག་ཡོད་སྒྲིག་བཀོད་ཚུ་ཡིན།

༢.༢.༢༽ གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ།

༢.༢.༢.༡༽ བཀོད་ཁྲབ་དང་མཁམས་མཆོག་༡༽ བཀོད་ཁྲབ། བཀོད་ཁྲབ་ཀྱི་དབང་ཁྲབ་འདི་ གཞུང་དང་གཞུང་མིན་ནང་ཡོད་པའི་གུ་ར་ ལཱ་འགན་ལང་ གོ་གནས་གཙང་ཉི་དང་སྤྱི་དབྱུང་གསར་ཚུ་དང་བསྐྱར་བཅོས། ཐབས་བྱས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ཕྱགས་མཐོང་གི་གནས་སྐབས་བཅུ་ཉི་དང་ བྱ་ལེན། ལས་སྡེའི་འགན་ཁུར་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་བདེ་སྒྲིག་འབད་ནི་དང་། ལས་ཁུངས་དང་ལས་སྡེའི་དམིགས་ལུ་དང་དམིགས་དོན་ཚུ་བཀོད་ཆོག་།

༢༽ མཁམས་མཆོག་། མཁམས་མཆོག་གར་འཛིན་སྐྱོང་བཀོད་ཁྲབ་ལུ་སྤྱི་ལོ་འབད་དགོ་པའི་གུ་ར་ ལས་སྡེ་དང་ཡང་ན་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་དབྱུང་དང་ བྱ་ལེན་ཚུ་བཅོ་ཉི་དང་བསྐྱར་བཅོས། དེ་ལས་ཁྲད་པར་བཅོ་ཉི་དོན་ལུ་ ཞིབ་འཛོལ། དབྱེ་དབྱུང་། ཆེ་རིམ་མཁམས་མཆོག་གི་འགན་ཁུར་འབག་དགོ། དེ་ གུ་ར་ཁྲད་རིག་གི་གོ་སྤྱོད། ཐབས་བྱས་མཉམ་འབྲེལ། ཁྲད་རིག་ལྟེ་བ་དང་ལས་རིམ། ལས་འགུལ་ཚུ་གི་འགོ་ཁྲིད་འབད་དགོ།

༢.༢.༢.༢༽ ཁྲད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་། ཁྲད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལཱ་འགན་ལང་ བཀོད་ཁྲབ་དང་མཁམས་མཆོག་གིས་ཐག་གཙང་མི་ཚུ་ ལག་ལེན་ འཐབ་ནི་དང་ གཅིག་ཁར་སྤྱི་དབྱུང་དང་བྱ་ལེན་ཚུ་བཅོ་ཉི་དང་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི། རྒྱ་ཚདའི་གུ་ར་འབྲས་བཙོན་ནིའི་ལཱ་རིགས་དང་ གནད་དོན་ཚུ་ནང་ འགན་ཁག་འབག་ནི། འག་ཆེ་བའི་སྤྱི་དབྱུང་ཀྱི་གནད་དོན་དང་ གོ་གནས་གཙང་ཉི་ལན་འདེབས་འབད་ནི། ཐབས་མཁམས་ གནས་རིམ་ཀྱི་གནད་དོན་ ཐག་གཙང་ནི་ལུ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་ནི། ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་ལག་ལེན་དབྱེ་ལག་ཚུ་ལུ་ ལྷ་གི་ལྷ་རྟོག་དང་ལྷ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ དེ་ལས་ སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ཚུ་ཡིན།

༢.༢.༢.༣༽ ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་སྡེ་རིམ། དབྱེ་ལག་འདི་གིས་བཀོད་ཁྲབ་དང་ ཁྲད་རིག་ཚུ་གིས་གོ་སྤྱོད་ཐག་གཙང་མི་ཚུ་ ཉེན་བསྐྱར་བཞེན་ཏུ་ལག་ ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁར་ དམིགས་བསལ་ ཀྱི་འགན་ཁུར་ཕོག་མི་ཚུ་འབད་ནི་དང་ རང་སྲོའི་མངའ་འོག་ལས་གཞི་གཞུག་ཚུ་གི་ལྷ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྒྲིག་ ཁྲིམས་གཞུང་ནི་ཡིན།

༢.༢.༣༠༽ ལག་ལེན་སྡེ་རིམ། མི་མང་དང་འབྲེལ་འཐབ། བརྒྱུད་འཕྲིན་ལག་ལེན། དྲག་རིམ་སྤྱི་ལོ་འོ་ཁར་གཏང་ནི། སྒྲིག་འཕྲིན་ཕྱི་སེལ། མཚུབ་ གོ་ནི། སྒྲིག་རིག་ལག་ལེན། གནས་སྤྱད་དང་སྤྱི་ལོ་སྒྲིག་འབད་དགོ།

༢.༢.༣༡༽ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ། ཞིག་ཡོད་ནང་སྤྱི་ར་བཏང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལག་ ༢ དང་ནང་གསལ་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ༢༡ ཡོད་མི་འདི་ཡང་།

༢.༢.༣.༡༽ བཀོད་ཁྲབ་དང་མཁམས་མཆོག་ ༡ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ ༣ ཡོད།

༢.༢.༣.༢༽ ཁྲད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ ༤ ཡོད།

༢.༢.༣.༣༽ ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ ༥ ཡོད།

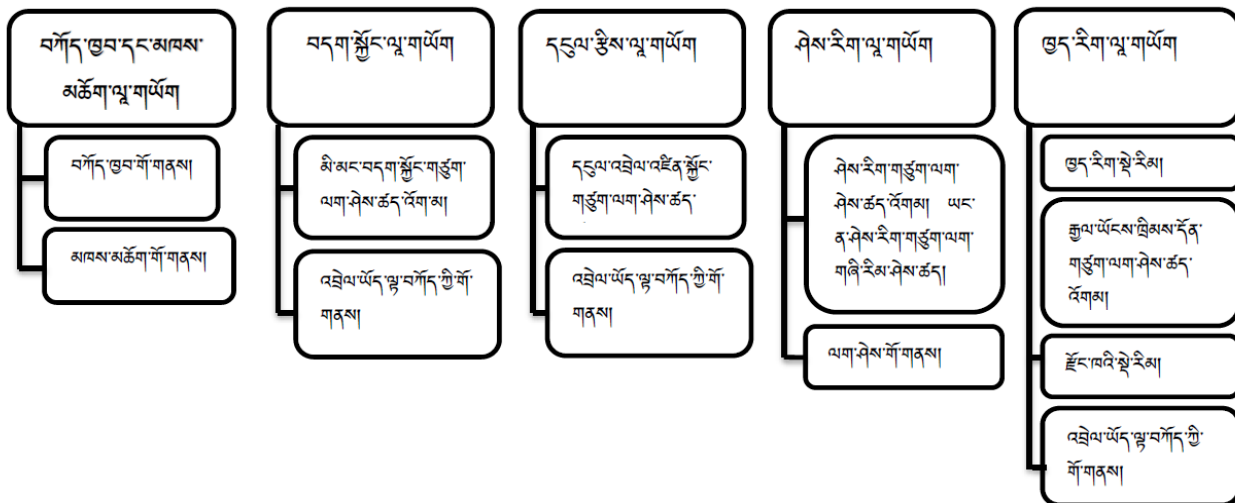
༢.༢.༣.༤༽ ལག་ལེན། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ ༦ ཡོད།

2.2.2) བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་འདི་གིས་བྱད་འཛིན་² པའི་གོ་གནས་ཚུན་ཚད་ལྡོད་ཞིན་མ་ལས་ ཁྲ 1) འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་བྱད་འཛིན་, པ་དང་བཀོད་བྱབ་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཀུན་གཏོགས་འབྲུག་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་འབྱུང་ནི་དང་། ཁྲ 2) མཁས་མཆོག་གོ་གནས་བྱད་འཛིན་, པ་དང་མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལཱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ཚད་གཞི་ཚང་མི་ཅིག་ལུ་གོ་སྐབས་འཐོབ།

2.3) སྤྱི་གཤམ་སྤྱི་གཏོང།

2.3.1) སྤྱི་གཤམ་སྤྱི་སེང་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་སྤྱི་གཏོང་ཁག་ལུ་ ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་། ཁྲ 2.3.1.1) བཀོད་བྱབ་དང་མཁས་མཆོག་ལུ་གཤམ་གྱི་ ཁྲ 2.3.1.2) བདག་སྐྱོང་ལུ་གཤམ་གྱི་ ཁྲ 2.3.1.3) དངུལ་ཕྱིས་ལུ་གཤམ་གྱི་ ཁྲ 2.3.1.4) ཤེས་རིག་ལུ་གཤམ་གྱི་ ཁྲ 2.3.1.5) བྱད་རིག་ལུ་གཤམ་གྱི་

2.3.2) སྤྱི་གཤམ་སྤྱི་གཏོང་ནང་ ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚན་ ནང་གསེས་སྤྱི་ཚན་དང་ གོ་གནས་ཚུ་ཡོད།



2.4) ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚན་དང་ ནང་གསེས་སྤྱི་ཚན།

2.4.1) ཞི་གཤམ་གི་གོ་གནས་གར་ གནས་རིམ་བཞི་གི་ཐོག་ལས་དབྱེ་སྤྱོད་མི་ཚུ་ཡང་། སྤྱི་གཤམ་སྤྱི་གཏོང་ ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚན་ ནང་གསེས་སྤྱི་ཚན་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ཚུ་ཡིན། ཁྲ 2.4.2) སྤྱིར་བཏང་ལཱ་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚན་¹⁰ དང་ནང་གསེས་སྤྱི་ཚན་¹³ ཡོད།

2.5) གཤམ་གི་འབྲེལ་བཤད།

2.5.1) གཤམ་གི་འབྲེལ་བཤད་ནང་ལཱ་འོག་གི་ཁ་གསལ་ཚུ་ཚུད་དགོ། ཁྲ 2.5.2.1) ལཱ་གཤམ་དོས་འཛིན། ཁྲ 2.5.2.2) ལཱ་གཤམ་གི་དགོས་དོན། ལཱ་འགན་དང་ འགན་ཁུར། ཁྲ 2.5.2.3) ཉུང་མཐའི་ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་སྦྱོང་། ཁྲ 2.5.2.4) ལཱ་གཤམ་གི་ལཱ་ཁག་ཉེང་།

གྲ.ཡ.ཨ.ཡ ་ ལྷ་གི་རང་བཞིན། ལྷ་ཆོད། ཡན་ལྷགས། གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ བཀོད་ཀྱི་དང་ལམ་སྟོན། གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ ལྷ་གི་འབྲེལ་བ།
 གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ ལྷ་བཀོད་དང་འཛིན་སྟོང་གི་འགན་ཁུར། གལ་སྲིད་ཡོད་པ་ཅིན། གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ ལྷ་གཡོག་གནས་སྤངས།
 གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་ཁག་གཉིས་ཡོད་མི་ཡང་། གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ སྤྱིར་བཏང་འབྲེལ་བཤད། (གནས་ཤིང་ཅོག་འཐད་པའི་གཞི་རྟེན་
 འགན་ཁུར།) གྲ.ཡ.ཨ.ཨ ་ དམིགས་བསལ་གྱི་འབྲེལ་བཤད། (རང་སེའི་ལས་སྟེ་དང་བསྟན་པའི་འགན་ཁུར།)

2.6 ་ གོ་གནས་གྱི་མིང་དེ་བ།

གོ་གནས་གྱི་མིང་དེ་བ་ནང་ལུ་ གོ་གནས་དང་གནས་ཤིང་། རིགས་བསྟོམས་དང་ རིགས་བསྟོམས་མེན་པའི་གོ་གནས་ཚུ་གི་རིམ་པ། ཉུང་མཐའ་ལུ་དགོ་
 པའི་ཤེས་ཚད། ལྷ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྟེ་ཚན། སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོག་དང་། རང་སེའི་ནང་གསེས་སྟེ་ཚན་ཚུ་ཚུད་ཡོད། མིང་དེ་བ་འདི་གཡོག་བཙུགས་དང་གནས་
 སོར། སྤྱིར་བཏང་དང་གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་བཟུགས་སྟེ་དགོ་པ་ཡིན།

2.7 ་ ལས་ཚོགས་གྱི་སྤྱི་གཡོག་དང་།

ལས་སྟེ་གི་འགན་དབང་དང་ ལྷ་གས་སྤྱབ་ཚུ་བསྟར་ཞིབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་འདི་ འགོ་འདྲན་འཐབ་ཡིན།
 དེ་ལས་བཟུགས་ ལས་ཚོགས་སྤྱི་གཡོག་གསར་པ་བཟོ་ནི། ཆ་མེད་གཏང་ནི་དང་ ཉུས་མཐུན་བཟོ་ནི་ཚུ་ཡིན།

2.8 ་ ལས་གཡོག་པའི་བཀོད་རིམ་དང་གྲངས་འཛོམས།

ཞི་ལྷན་གྱིས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་དང་གཅིག་ཁར་ གོ་གནས་བསྟན་ལག་ལེན་བྱ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པའི་བཀོད་རིམ་དང་
 གྲངས་འཛོམས་ཐག་གཅད་པ་ཡིན།

2.9 ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ།

གྲ.ཨ.ཨ ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ལས་སྟེ་ཚུ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྟེའི་གཞི་བཀོད་ གྲ.ཨ.ཨ.ཨ ་ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཞི་འཛིན་
 ལས་སྟེ་སྟེ་ རོས་འཛིན་འབད་པ་ཡིན། གྲ.ཨ.ཨ ་ ཞི་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཐབས་སྟེ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ་གི་འོག་ལུ་ བཙུགས་པའི་ལྷ་གཡོག་ཡང་།
 གྲ.ཨ.ཨ.ཨ ་ ལྷ་གས་སྤྱབ་ཡར་དཀ། རིམ་བྱུང་འཆར་གཞི། གཡོག་གི་མདུན་ལམ། མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི། གྲ.ཨ.ཨ.ཨ ་ ཞབས་
 ཏོག་ལུ་ཞིའི་ཚད་གཞི། གྲ.ཨ.ཨ.ཨ ་ གནས་སོར་གྱི་ལྷ་རིགས་ཚུ་འབད་དགོ་པ་ཡིན། གྲ.ཨ.ཨ.ཨ ་ མཁས་མཆོག་རྒྱུན་སྟོང་། གྲ.ཨ.ཨ.ཨ ་
 ལས་གཡོག་པའི་ཚད་གཞི། གྲ.ཨ.ཨ ་ ལས་སྟེ་ཚུ་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པའི་ཚུ་ གཤམ་འཁོད་ལས་སྟེ་ཚུ་གིས་གཞི་འཛིན་འབད་པ་ཡིན།

ལྷ་གཡོག། ཡང་ན་ཡན་ལག་སྟེ་ཚན།	གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ།
རྒྱ་སྟོང་ལྷ་གཡོག། (སོ་ནམ་དང་སྟོན་ཏོར།)	སོ་ནམ་དང་ནགས་ཆལ་ལྷན་ལག།
རང་བཞིན་སྤྱར་བྱུང་ཐོན་སྟོང་ལྷ་བཏང་རྒྱ་སྟོང་ཡིག་ཆང་།	
སྟོན་ཏོར་སྤྱན་ལང་།	
ནགས་ཆལ་ལྷ་གཡོག།	
ཤེས་ཡོན་རྒྱུ་སྟོང་ལྷ་གཡོག།	ཤེས་རིག་ལྷན་ལག།

སྒྲིབ་གྲྭ།	
འོང་འབབ་ལཱ་གཡོག།	དངུལ་ཕྱིས་ལྷན་ཁག།
དངུལ་ལས། དངུལ་ཕྱིས་དང་འཆར་དངུལ་ལཱ་གཡོག།	
ནང་འཁོད་ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་གཡོག།	
རྒྱ་དངོས་དང་མཐོ་སྒྲིབ་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག། (མཐོ་སྒྲིབ་རྒྱུ་མཐུན་གཅིག)	
ཕྱིས་འཛིན་ལས་རོགས།	
མི་མང་འཕྲོད་བསྟེན་ལཱ་གཡོག།	གསོ་བའི་ལྷན་ཁག།
སྤྲོད་ཁང་དང་གཞི་རྟེན་སྤྲོད་ཁང་།	
ཞི་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་མི་ཕྱིས་ལཱ་གཡོག།	ནང་སྤྱི་དང་སྤྱི་ལ་འཛིན་ལྷན་ཁག།
རྒྱ་རྒྱུ་དང་ལས་སྤྱོད་ལཱ་གཡོག།	
རྒྱ་དངོས་དང་མཐོ་སྒྲིབ་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག། (མཐོ་སྒྲིབ་མེན་པའི་རིགས།)	
བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག། (སྤྱི་རྒྱུ་ལཱ་གཡོག།)	
དྲུང་གཡོག།	ནང་སྤྱི་དང་སྤྱི་ལ་འཛིན་ལྷན་ཁག། ཡང་ན་ འབྲེལ་ཡོད་ཁྲོམ་སྤྱོད།
གྲོ་ལོག་བདག་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།	
བདེ་དོན་དང་བརྒྱུད་འབྲེལ་འཕུལ་རིག་ལཱ་གཡོག།	
བཅོ་རིག་ལཱ་གཡོག།	ཞབས་དྲོག་ལྷན་ཁག།
ཁྲོམ་སྤྱོད་འཆར་གཞིའི་ལཱ་གཡོག།	
ཁྲོམ་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་ཆར་འཛིན་ལཱ་གཡོག།	
ཐབས་རིག་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག།	
འཆར་གཞིའི་ལཱ་གཡོག།	རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྱོད་དཔལ་འཛོམས་ལྷན་ ཚོགས།
མི་སྒྲིབ་འཛིན་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག། (ལཱ་གཡོག་འགོ་དཔོན་དང་ལས་མི་འགོ་དཔོན་ མ་བཅུས་པར།)	རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
ས་ཆའི་ལཱ་གཡོག།	རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་ལྷན་ཚོགས།
ས་འཇལ་བཅོ་རིག་ལཱ་གཡོག།	
ཁྲིམས་དོན་ཁྱད་རིག་བཅུས་པའི་ཁྲིམས་དོན་ལཱ་གཡོག། རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་དང་ཚོགས་སྤྱིའི་ ལྷན་ཁག་ཡིག་ཚང་ནང་(ཁྲིམས་བཅོའི་ལཱ་གཡོག།) ལཱ་འབད་མི་ཚུ།	ཚུད་དཔོན་ཡོངས་ཁྱབ་ཡིག་ཚང་།
མཐའ་འཁོར་ལཱ་གཡོག།	རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས།
ཕྱིས་དཔྱད་ལཱ་གཡོག།	རྒྱལ་ཡོངས་ཕྱིས་དཔྱད་ཡིག་ཚང་།
རྫོང་ཁགོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག། (རྫོང་ཡིག་གོང་འཕེལ་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་རྫོང་ཁགོང་འཕྲོད་འབྲེན་པ།)	རྫོང་ཁགོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

༢༽ བཅའ་ཡིག་ལེའུ་༣ པ། ཞི་གཤམ་པའི་བཅི་མཐོང་དང་ཀུན་སྒྲིང་།

༣.༢༽ རྒྱལ་ཁབ་ལས།

༣.༢༽ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་གིས་ཕྱག་ལུ་བའི་རིང་ལུ་ སེམས་ཁར་ངེས་དགོཔ་འདི་ བཅི་མཐོང་དང་ཀུན་སྒྲིང་གཉིས་པོ་འདི་ཡིན། བཅི་མཐོང་གི་སྐབས་ལུ་
སེམས་ཁར་ངེས་དགོཔ་འདི་ཡང་། གཅིག་སྒྲིལ། བྱང་བདེན། སྤྱིང་སྤྱོད་བས། རང་དོན་སྒྲོམ་བཅང་། ཐ་དམ་ཆོག། ཀུན་སྒྲིང་བཟང་པོ། ཀུན་སྒྲིང་ནམ་
དག། རྒྱལ་གཅེས་ཤ་ཞེན་ཅན། བྱང་འཕགས་ཅན་གྱི་སྒྲོལ་ས་ ཙ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་དགོ།

༣.༣༽ ཀུན་སྒྲིང་ནམ་གཞག་གི་སྐབས་ལུ་ ཀུན་སྒྲིང་བཟང་པོ་ཚུ་ དང་ལྷང་འབད་དགོཔ་དང་ རན་པ་སྤང་དགོཔ་ཚུ་ **ཟུར་སྒྲགས་༣/༡** བང་ཡོད།
ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཤམ་པའི་བཅི་མཐོང་དང་ ཀུན་སྒྲིང་གི་གན་འཛིན་འདི་ལྷག་སྟེ་ ཏ་གོ་ཞེན་མ་ལས་ **འབྲི་ཤོག་ཨང་༣/༡** པ་བཀའ་དགོཔ་
དང་། ཡིག་ཚང་གི་འགན་སྐྱབ་ཚུ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ བྱང་བདེན་དང་ཁས་ལྷངས་གྱི་ཐོག་ལས་ ཁེམན་ལྷག་སྒྲིང་གསལ་སྟོན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ **འབྲི་
ཤོག་༣/༢** འདི་བཀའ་ནི་ཡོད།

3 ། བཅའ་ཡིག་ལེའུ་ཅ པ། གཏན་འཇགས་ཞི་གཡོག་གི་གཡོག་བཙུགས། གདམ་འཇུ་དང་གཡོག་བསྐྱོས།

༧.༧ ། གཡོག་བཙུགས་དབང་ཚད།

༧.༧.3 ། གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དབང་ཚད་གཤམ་གསལ་ལྟར།

གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ལག།	དབང་ཚད།
ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ།	རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་སྡེ་རིམ།	ལས་སྡེ།
ལག་ལེན་སྡེ་རིམ།	ལས་སྡེ།

༧.༥ ། གཡོག་བཙུགས་བྱ་རིམ།

གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཆ་འཛིན་གྲུབ་པའི་ལོ་བསྐར་གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི། ལས་གཡོག་པ་དགོས་མཁོའི་བཀོད་རིས་དང་ གངས་འབོར་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ དབང་ཚད་སྤྱོད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྡེ་གིས་གཡོག་བཙུགས་འགོ་འདྲན་འཐབ་ནི་ཡིན།

༧.6 ། འོས་ཚད།

༧.6.2 ། གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཆུ་གཡོག་བཙུགས་དོན་ལུ་ ཞི་ལྷན་ལུ་སྤུལ་ནི་དང་ ལྷ་སྐྱོར་དང་ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་ནང་གཡོག་བཙུགས་འདི་ ལས་སྡེ་རང་སོ་ལུ་དབང་ཚད་ཡོད་རུང་ གཡོག་བཙུགས་སྐབས་ འོས་ཚད་བལྟ་དགོས་འདི་ཡང་། ་། ༧.6.2.1 ། འབྲུག་པའི་མི་ཁྱེད་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོ་འཁོད། ་། ༧.6.2.2 ། ཉུང་མཐའི་ཤེས་ཚད། ་། ༧.6.2.3 ། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོ་འཁོད། ་། ༧.6.2.4 ། གཡོག་ཐོག་ལས་གཡོག་པ་ཡིན་པ་ཅིན་ ལྷ་གཡོག་གི་འབྲེལ་གན་མ་ལོག་མི།

༧.7 ། ཁྱད་ཚོས་མ་ཚངས།

༧.7.2.1 ། ཉེས་ཅན་གྱི་ཉེས་ཆད་ལོག་མི་ཡང་ན་ ཉེས་ཅན་གྱི་ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་བསྐྱང་། ་། ༧.7.2.2 ། ཞི་གཡོག་ལས་བཅོན་བཏང་བཏང་མ། ཡང་ན་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་འབད་མི། ་། ༧.7.2.3 ། ཞི་གཡོག་ལས་ཁས་སྒྲུངས་དགོངས་ཁུ་འབད་མི། ་། ༧.7.2.4 ། གསོ་བའི་ཁ་ཐུག་ལས་ ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པ་སྟེ་འཛིན་འབད་མི། ་། ༧.7.2.5 ། ཞུ་ཡིག་ནང་ལུ་ གནས་ཚུལ་བཟླ་ལོག་དང་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ལུ་ གཡོ་ཐབས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད། ་། ༧.7.2.6 ། ཡིག་ཆ་དང་དོ་སྦྱོར་ཡིག་ཆ་རྒྱུན་མ་སྤུལ་མི། ་། ༧.7.2.7 ། བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དོ་སྦྱོར་ཡིག་ཆ་སྤུལ་མ་རྒྱུགས་མི། ་། ༧.7.2.8 ། སྤྱི་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་དང་ རྫོད་གྲང་དུས་ལུ་ལོ་ལོ་, མ་ཚང་མི།

༧.8 ། གཡོག་བཙུགས་བྱ་སྤྱོད།

༧.8.1 ། ས་སྤོང་གསལ་བསྐྱགས། ཟུར་སྐྱགས་༧/1 ་། ༧.8.2 ། དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ། ་། ༧.8.3 ། བསྐྱར་བསྐྱགས། ཟུར་སྐྱགས་༧/2 ་། ༧.8.4 ། བྱེ་སྤེལ། ཟུར་སྐྱགས་༧/3 ་། ༧.8.5 ། གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྐྱགས། ཟུར་སྐྱགས་༧/4

༧.༩ ། གདམ་འཐུའི་བྱ་སྒྲོ།

༩.༩.༡.༡ ། རོ་འགའ་ཅན་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ནང་ལུ་ འོག་གི་ལམ་ལུགས་བསྐྱིག་དགོ་པའི་ཁར་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལམ་ལུགས་དང་
ཡིད་ཚད་ཚུ་ཐག་གཅད་ནི་ཨིན། ༩.༡ ། འདི་བཀོད་ཚོགས་ཚུང་གི་ཐོག་ལས་ ཅི་བདིས་ལན་འབད་དགོ་པ་ཅེས་བརྟན་ཨིན། ༩.༢ ། སློབ་རིག། ཡང་
ན་ འབྲེལ་ཡོད་སྤྱོད་བཅར་གྱི་ཡིད་ཚད། ༩.༣ ། འཕྲི་རྒྱུགས། ཡང་ན་ ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་ཚོས་རྒྱུགས།

༩.༩.༡.༢ ། གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་། མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་ཉུང་མཐའ་ མི་ངོམ་ལཱ་གདམ་འཐུའི་བཅད་དགོ།
གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཁེ་ལན་ལྟག་སྤྱོད་ གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ ༩.འཕྲི་ཤོག་༣/༢། ། གོ་གནས་ལུ་དགོ་པའི་འོས་ཚད་དང་འཕྲིལ་ ཅི་བདིས་
ལན་འགོ་འདེན་འཐབ་དགོ། ༩.འཕྲི་ཤོག་༧/༢། ། གདམ་འཐུའི་སྐབས་བརྒྱ་དཔྱའི་ཚད་བཀག་འདི་^{༥༠} ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་དགོ་པ་དང་ སྐྱུགས་མཐོ་
དམན་གཉིས་བཏོན་ཏེ་ སྐྱུགས་གཞན་གྱི་དཔྱ་སྟོམ་གྱི་སྐྱུགས་འདི་ མཐའ་དཔྱད་གྱི་གྲུབ་འབྲས་སྟེ་བཏོན་དགོ།

༧.༡༠ ། གདམ་འཐུའི་བྱལ་རིམ།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གྲུབ་འབྲས་ཤོག་ལེབ་འདི་བསྟར་ཞིབ་འབད་དེ་ ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་བྱལ་ལུ་བཏུན་ཐག་^༢ གྱིན་པ་འོང་ གདམ་འཐུ་སྐབ་
མི་ལུ་གྲུབ་འབྲས་བཅ་ལན་འབད་དེ་ གཤེད་གནས་དང་བསྐོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་ སྟན་ལུ་འབད་དགོ་པའི་ཚེས་གངས་ བཅ་ལན་འབད་འོང་། གལ་སྲིད་
གྲུབ་འབྲས་ལུ་ ཁེ་རྒྱུད་མ་བཏུབ་མི་རེ་ཡོད་ན་ ལཱ་དུས་ཉིན་གངས་^{༡༠} གྱིན་པ་འོང་ མཐོ་གཏུགས་ལུ་ནིའི་གོ་སྐབས་འཐོབ། **བུར་སྐྱུགས་༧/༥།**

༧.༡༡ ། བསྐོ་བཞག་བྱ་རིམ་དང་གཤེད་གནས།

བྱ་རིམ་འགྲུབ་དགོ་པ་ཚུ་ཡང་། ༩.༧.༡.༡ ། གཞེངས་ཐོན་གོ་རིམ་དང་འཕྲིལ་ གཤེད་གི་གདམ་ཁ་ཕྱིན་ནི། ༩.༧.༡.༢ ། སློབ་ཚན་བརྟག་དཔྱད།
༩.༧.༡.༥ ། གོ་གནས་དང་འཕྲིལ་བའི་དབྱེ་ལོ་ཐོག་ ས་ཚད་གཞི་གཏན་འབེབས། ༩.༧.༡.༦ ། མི་ངོམ་ཁ་གསལ་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ ལས་ལུ་ཨི།
༩.༧.༡.༤ ། ཞི་ལྷན་ལས་ཞི་གཤེད་འོང་གསལ་ཨང་སྤྱོད་ནི། ༩.༧.༡.༡༠ ། གཤེད་གི་བསྐོ་བཞག་བཀའ་བརྒྱ་བཏོན་ནི། **བུར་སྐྱུགས་༧/༦།** ༩.༧.༡.༡༢ །
སློབ་ཚན་བརྟག་དཔྱད་གྱི་སྟན་ལུ་མ་ལུ་བ་དང་ མི་ངོམ་དེ་ར་གིས་གདམ་འཐུ་ཕྱིར་བཏོན་འབད་བ་ཅིན་ གོ་གནས་འདི་གཞེངས་ཐོན་གྱི་གོ་རིམ་ བྱལ་མའི་
མི་ངོམ་དེ་ལུ་སྤྱོད་འོང་། **འཕྲི་ཤོག་༢༧/༡། འཕྲི་ཤོག་༣/༡། འཕྲི་ཤོག་༧/༣།**

༧.༡༢ ། ཉམས་ཚུན།

ཉམས་ཚུན་དུས་ལུན་འདི་ལོ་ངོ་, ཨིན་མ་དང་ དེའི་ལཱ་བྱུབ་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཉེས་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ གཏན་གཤེད་གནང་བཞག་ནི། ཡང་ན་ གནས་གྲོལ་
གཏང་ནི་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་འབད་དགོ་པ་ཨིན། ཉམས་ཚུན་སྐབས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འོང་གྱི་ཡུན་བུང་སྤྱོད་བཅར་ནང་ འོས་འབབ་ཡོད་
བུང་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འགྲུལ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་བཅར། དེ་ལས་གནས་སོར་འཕྱོ་མི་ཚོགས། གལ་སྲིད་གཤེད་གི་ཐོག་མི་ངོམ་ཅིག་ཏེ་མ་ལས་ ཉམས་ཚུན་ནང་སྤྱོད་ཡོད་པ་
ཅིན་ ཉམས་ཚུན་གྱི་དུས་ལུན་ནང་སྤྱོད་མི་དགོ།

༧.༡༣ ། འདིས་སྤྱོད།

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་གིས་ གོ་མས་འདིས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཕྱིན་དགོ་པ་དང་ལོ་ངོ་, གི་རིང་ལུ་ བསྐྱབ་སྟོན་པ་ཅིག་གིས་སྟོན་དགོ་པ་དང་ དེ་སྐབས་ལས་ཚོགས་གྱི་
ངོ་སྤྱོད། སྤྱོད་བུས་དང་འཆར་གཞིའི་ནང་གོ་མས་འདིས་ཕྱིན་ནི། གཤེད་གི་འགན་ཁུར་ཚུ་ ངོ་སྤྱོད་འབད་དགོ་པ་ཨིན།

༤) བཅའ་ཡིག་ཡེ་འུལ་ ལ། ལག་འབག་བསྐྱོར་བཞག་།

༤.༡) **རྒྱལ་ཁྲུངས།** ༼༤.༡.༡) ལག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་འདི་ འཕམ་མཚུགས་ཀྱི་མི་སྟོབས་དགོས་མཁོ་དང་ དགོས་མཁོ་འཕེལ་ཡོད་དང་ རིག་ཅུལ་ཅན་གྱི་མི་ངོམ་མ་ཐོབ་པའི་སྐབས་ བསྐྱོར་བཞག་འབདཿཨིན། དེ་ཡང་ ༼༤.༡.༡.༡) ཏུས་བཀག་ལས་འགུལ། ༼༤.༡.༡.༢) ཏུས་ཐུང་ གི་མི་སྟོབས་དགོས་མཁོ། ༼༤.༡.༡.༣) ཡུན་རིང་གི་གོ་གནས་ནང་ མི་གསར་བཙུགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ། ༼༤.༡.༡.༤) གོ་གནས་གསར་པ་འདི་ དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་ལྟ་རྟོག་གི་དོན་ལུ་ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་གསར་བཙུགས་འབདཿཨིན། དེ་འབདཿ་ད་ ལག་འབག་གི་གོ་གནས་འདི་ ཞི་ལྷན་ གྱིས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ཆ་འཛོག་གནང་གནང་མ་ཅིག་དགོས་ཨིན།

༤.༢) **དབྱེ་ཁྲུངས།** ལག་འབག་ལཱ་གཡོག་གི་རིགས་དང་དེའི་ཁྱད་པར་ཚུ་ འོག་གི་སྒྲིམ་ནང་བཀོད་ཡོད།

དབྱེ་ཁྲུངས། ཚད་གཞི།	གཏན་གཤིག་ལག་ འབག་།	མཉམ་བསྐྱབས།	ཏུས་བཀག་ལས་འགུལ་གཞིར་བཞག་ལག་ འབག་།	དམིགས་བསལ་ལག་འབག་།
ཆ་འཛོག་ཅན་གྱི་ལས་ གཡོག་གྲངས་འཁོར།	✓	✓	-	✓
དམིགས་བསལ་ཤེས་ ཚད།	✓	✓	✓	
ཁྱད་རིག་མཁམས་ མཆོག་གི་ཤེས་ཡོན།	-	-	-	✓
ལག་འབག་འཐུས།	30%	-	-	-
དབུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་ ཕན།	ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་གོ་ གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ ལྟར།	ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་ གནས་རིམ་ལྟར།	ལས་འགུལ་ཚུགས་སྐྱུར་ཚོགས་ཅུང་གིས་ ཐག་བཅད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ། སྤྱི་ཆ་དང་ཁེ་ཕན་གཞན།	ཞི་ལྷན་གྱིས་རྒྱབ་སྐྱོན་ཕུལ་ཏེ་གཞུང་གིས་ ཆ་འཛོག་འགྲུབ་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ དབུལ་ཕོགས།
ལག་འབག་གན་ཡིག།	✓	✓	✓	✓
གཡོག་བཙུགས་ གནས་སྐྱབས།		དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ། མའི་ ངལ་གསོ་ནང་འཁྱོལ་དང་པའི་སྒྲོལ་ དཔོན་གྱི་ཆོག་།		

༤.༣) **དབང་ཚད།** ༼༤.༣.༡) ལག་འབག་བསྐྱོར་བཞག་ཚུ་ ཞི་ལྷན་ལས་གནང་བ་ལེན་དགོས་ཨིན། གནང་བ་ལེན་མ་དགོས་པའི་རིགས་ཡང་། ༼༤.༣.༡.༡) ཏུས་བཀག་ལས་འགུལ་གྱི་ལཱ་ཚུ་བསྐྱབ་ནི། ཡང་ན་ འོ་ངོ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་ཏུ་དགོས་ཡོད་པ་ཅིན་ རང་སའི་ལྷན་ལག་ གི་སྒྲོན་པོ་ལས་ གནང་བ་ལྟ་སྟེ་བཙུགས་ཆོག། ༼༤.༣.༡.༢) ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གཙུག་སྟེ་ཚུ་ནང་ དམིགས་བསལ་གྱི་དགོས་མཁོ། ༼༤.༣.༡.༣) ལག་ལེན་སྟེ་རིམ་གྱི་འཇུལ་ཁྲགས་གནས་རིམ་ནང་ ཞི་ལྷན་ལས་ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་ས་སྟོང་ནང་ གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི། **ལམ་ཤོག་༤/༡** ༼༤.༣.༡.༤) ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་སྤྱི་ཆ་ ལས་ལྷག་པའི་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ནང་འཁྱོལ་དང་པའི་ས་སྟོང་ དེའི་ཆ་བམ་སྟེ་བཙུགས་ཆོག། ༼༤.༣.༡.༥) མའི་ངལ་གསོ་ནང་ འཁྱོལ་དང་པའི་སྒྲོལ་དཔོན་ཚུ་གི་ཆ་བམ། **རྒྱུ་དེབ་༤/ལ། རྒྱུ་དེབ་༤/ལ།༡**

༥.༢ ། འོས་ཚད། གོ་གནས་འདི་ནང་ལྷ་ཡིག་བརྒྱུད་ཀྱི་མི་འདི་མི་ངོ་མ་འདི་ལུ་ འོས་ཚད་ཚང་དགོ་པ་ཚུ་ཡང་། །༥.༢.༡ ། ཉུང་མཐའི་ཤེས་ཚད།
 །༥.༢.༢ ། སྤྱི་ལོ་ ལང་མི། །༥.༢.༣ ། གོ་གནས་སྤེ་རིམ་གྱི་ལོ་ཚང་དགོངས་ལཱ་མ་འབད་མི།

[illegible]

༥.༦༡ མྱིར་བཏང་གན་ཆོག། ལག་འབག་ལྷ་གཡོག་པ་འདི། རྒྱ་ལྷ་༡༡ འགོ་ཐོག་དུས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་༣ གྱི་དོན་ལུ་བསྐོ་བཞག་འབད་འོང་།
 རྒྱ་ལྷ་༢ རྒྱ་ལྷ་གཡོག་པ་འདི་ རྒྱ་བ་ཅིག་གྱི་དུས་ཆོད་དང་འཁྱེད་ཤོ། རྒྱ་ལྷ་༣ ཞི་གཡོག་པ་འདི་བཅུ་མཐོང་དང་ གུན་སྒྱུད་ལུ་གནས་དགོ།
 རྒྱ་ལྷ་༤ གན་ཆོག་ལུ་གནས་དགོ། རྒྱ་ལྷ་༥ གནས་སོར་གྱི་འོས་འབབ་མེད། རྒྱ་ལྷ་༦ ཉམས་ཆོད་དུས་ཡུན་མེད། རྒྱ་ལྷ་༧ མྱི་རྒྱལ་ལུ་
 འབྱུལ་སྒྱུད་དང་སྒྱུད་བདར་གྱི་འོས་འབབ་མེད། རྒྱ་ལྷ་༨ ཡུན་རིང་སྒྱུད་བདར་གྱི་འོས་འབབ་མེད། རྒྱ་ལྷ་༩ དམིགས་བསལ་དལ་གསེའི་འོས་འབབ་
 མེད། རྒྱ་ལྷ་༡༠ འཛིན་སྒྱུད་གཤོག་གནས་ནང་མ་འཛུལ་མི། རྒྱ་ལྷ་༡༡ ཡུན་སྒྱུད་བདར་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད། རྒྱ་ལྷ་༡༢ ལྷ་ལུ་ལྷ་བ་འབྲས་
 དབྱེ་ཞིག།

༥.༡) གཤམ་བཟུགས། གདམ་འཕུ་དང་གཤམ་བསྐྱོས་བྱ་མཁོ་། ༥.༡.༥) ལག་འབག་གི་གཤམ་བཟུགས་འདི་ དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ་ལེན་དེ་
 གུན་གཏོགས་འབྲམ་བསྐྱར་ཐོག་ལས་ ཏུས་ལུན་ཟླ་འོ་༣ བང་འབད་ཆར་དགོ། ༥.༡.༦) གཤམ་བསྐྱོས་བྱ་མཁོ་འདི་ ༥.༡.༦.༡) མི་ངོས་ལ་
 གསལ་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ཞེ། ༥.༡.༦.༢) གཤམ་བཟུགས་བདེན་དཔྱད་འབད་ཐོག་ ཞི་ལྷན་ལས་ཞི་གཤམ་འོ་ཉགས་ཨང་སྤྱོད་དེ་ ཆ་འཛུགས་
 འབད་འོང་། ༥.༡.༦.༣) སྤྱོ་རྩས་བཟྱག་དཔྱད། ༥.༡.༦.༤) ཞི་གཤམ་བདེ་འོ་ཉ་མཁུགས་ལས་ གཤམ་བསྐྱོས་བཀའ་བརྒྱ་འདི་ ཞི་གཤམ་
 མཁུགས་ལས་བཏོན་དགོ། ༥.༡.༦.༥) འདི་དང་འབྲེལ་མི་སྤོབས་སྤེ་ཆན་གྱིས་ ༡) སྤེར་གྱི་ཡིག་སྤྱོད་དང་ གཤམ་དབའ་ལ་ཕྱེ་ཞེ། ༢) བཟུ་མཐོང་དང་གུན་སྤྱོད་འགན་ལེན།
 འཕྱི་ཤོག་༣/༡ ༣) ལས་སྒྲངས་དམ་བཅའི་འགན་ལེན། འཕྱི་ཤོག་༣/༢ ༥.༡.༦.༤) ཕྱི་མི་མཁུགས་
 མཆོག་ཞིན་ཆོ་ ལཱ་གི་ཆོག་ཐམ། ༥.༡.༦.༥) མི་ངོས་རང་གིས་གདམ་འཕུ་ཕྱིར་བཏོན་འབད་བཅིན་ གོ་གནས་འདི་གཟེངས་ཐོན་གྱི་གོ་མི་ལུ་
 མའི་མི་ངོས་དེ་ལུ་སྤྱོད་འོང་།

༤.༥ ་ འདྲིས་སྒྲིབ། ལས་གཞིགས་ཀྱི་འདྲིས་སྒྲིབ་འདི་ཡང་། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་བྱིན་དགོས་མི་ལུ་ལམ་སྟོན་། སྤར་སྟོན་། གཞུང་གི་སྤྱི་དབུ་། ཞི་གཞིགས་པའི་བརྩི་མཐོང་དགུན་སྒྲིབ་ཚུ་གི་གོམས་འདྲིས་བྱིན་དགོ། ལག་འབག་གདམ་འབྲུ་ཡིན་པ་ཅིན་འབྲེལ་ཡོད་གཞིགས་བཟུགས་དབང་འཛིན་གྱིས་ གསལ་བཤད་འབད་དེ་བཟུགས་དགོ།

༤.༥ ་ ཡར་སེང་དང་བསྐྱར་གསོ། ལག་འབག་དུས་ཡུན་ཚུགས་ནིའི་ཆེད་ཆུང་། གྱི་རྟེ་མ་ལས་ ཞི་ཕྱེན་ལས་གནང་བ་ལེན་ཐོག་ ལོ་༢ གི་རིང་ལུ་བསྐྱར་གསོ་འབད་བཟུབ་ནི་དང་ སློབ་སྦྱོན་ལས་གཞིགས་ནང་འབདན་ སློབ་རིག་ལོ་མཇུག་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབད་ཆོག་། ཡིན་ཅུང་སྤྱི་གཞིའི་ལོ་ཚད་ལས་བཟུལ་ཏེ་ བསྐྱར་གསོ་འབད་མཆོག་པ་དང་ གཏན་གཞིགས་གི་ལོ་ཚད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དགོངས་ཁུ་འབད་དགོ། ལག་འབག་དུས་ཡུན་ཡར་སེང་ཡང་། གྲྭ་ལུ་སྤྱི་གསལ་ཚད་དང་བསམ་ལན། གྲྭ་༢ ་ ས་སྤྱོད་། གྲྭ་༣ ་ སྤྱི་གཞིའི་དང་སྦྱོན་མེད་གྱི་གཞིགས་བསམ།

༤.༦ ་ ལག་འབག་ཆ་མེད། ལག་འབག་ཆ་མེད་འདི་ཡང་ དུས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ཁྱེད་། གི་སྤྱོད་ལས་བཅས་སྤྱི་གཞིའི་ ལས་སྡེ་ལུ་ཞབས་ཏོག་དགོས་མེད་པ་ཅིན་ ཆ་མེད་གཏང་ཆོག་། སློབ་སྦྱོན་པ་ཡིན་པ་ཅིན་ཁྱེད་། གི་སྤྱོད་ལས་བཅས་སྤྱི་གཞིའི་དགོ།

༤.༧ ་ བསྐྱོར་བཞག་གཞན། བསྐྱོར་བཞག་གཞན་ཡང་། གྲྭ་༤.༧.༡ ་ གཞུགས་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་ གནས་སྐབས་གཞིགས་སྒྲིབ་གི་དོན་ལུ་ དུས་ཡུན་མཐོག་ཤེས་སྒྲིབ་ཆེ་ བྱིན་ནི། གྲྭ་༤.༧.༢ ་ བྱིའི་སྤྱི་གསལ་རམ་མ་དངུལ་ལུ་བརྟེན་པའི་དུས་བཀག་ལས་འགུལ་ ནང་ ལས་གཞིགས་བཟུགས་ནི། གྲྭ་༤.༧.༣ ་ གཞུང་ཆ་བཞིག་ཚད་། སྤྱི་ཆ་བཞོགས་སྤྱོད་ དོན་གཅོད་ཡིག་ཚད་ཚུ་ནང་ གནང་བ་ཅན་གྱི་གོ་གནས་ཚུ་ནང་ལུ་ས་གནས་གྱི་མི་ གཞིགས་བཟུགས་འབད་ནི།

༤.༨ ་ དངུལ་ཕྱོགས་ཁེ་ཕན་དང་ སྒྲིབ་བཅས་༤.༨.༡ ་ དངུལ་ཕྱོགས་ གྲྭ་༤.༨.༡.༡ ་ དངུལ་ཕྱོགས་ཐོབ་ཚད་འདི་འབྲེལ་ཤོག་༤/༢ པ་དང་འབྲེལ་ ཁྱེད་མ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་དགོ། གྲྭ་༤.༨.༡.༢ ་ ལོ་ངོ་༤ གི་ལུ་ལས་ ལག་འབག་བསྐྱར་གསོ་འབད་བའི་སྐབས་ དངུལ་ཕྱོགས་ཡར་སེང་འབད་ཆོག་། གྲྭ་༤.༨.༡.༣ ་ གཏན་གཞིགས་ལག་འབག་ལུ་ ལོ་བསྐྱར་ཡར་སེང་ཡོད་ཅུང་ མཉམ་བསྐྱབས་ལག་འབག་དང་ དམིགས་བསམ་ལག་འབག་ལུ་འོས་འབབ་མེད། གྲྭ་༤.༨.༡.༤ ་ དངུལ་ཕྱོགས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ ལག་འབག་གི་དངུལ་ཕྱོགས་ཡང་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཆོག་། གྲྭ་༤.༨.༡.༥ ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་པའི་སྐབས་ཁྱེད་། གི་དངུལ་ཕྱོགས་མེད་ལུ་འཕྱུར་ འཕྱོགས་ གྲྭ་༤.༨.༡.༦ ་ གནས་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབྲུས་གཞན་། ཉེན་འབྲུས་། འབྲུལ་འབྲུས་། སྒྲིབ་འབྲུས་། ལང་འབྲུས་། བྱུང་འབྲུས་། དུས་བྱུང་སྒྲིབ་འབྲུས་ཚུ་ཡང་ འཕྱོགས་ གྲྭ་༤.༨.༡.༧ ་ ངལ་གསོ། དམིགས་བསམ་ལང་གསོ་དང་ སློབ་སྒྲིབ་ལང་གསོ་མ་གཏོགས་ གཞན་ལང་གསོ་ཚུ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད། ངལ་གསོ་གཞན་ཚུ་ཡང་། སྒྲིབ་ལང་གསོ་ ལུ་ལང་ལང་གསོ་ ཡིའི་ལང་གསོ་ ཡིའི་ལང་གསོ་ གྲྭ་ལྷོ་ལང་གསོ་འཇུག་ཏེ་ལོ་། མ་ལང་ ས་པ་ཅིན་ཁྱེད་། ལས་ལྷན་སྤྱི་བྱིན་ནི་མེད། གསོག་འཇུག་ལང་གསོ་ སྤྱན་བཅོས་ལང་གསོ་ གྲྭ་ལྷན་། ལས་ལྷན་པའི་སྤྱན་བཅོས་ལང་གསོ་འཇུག་ ཐོབ་ལམ་ཚུ་བྱིན་ཏེ་འགན་སྲོལ་གཏང་ཆོག་། གྲྭ་༤.༨.༡.༨-༤.༨.༡.༩ ་ ཐོབ་ལམ་གཞན་། ལང་གསོའི་འབྲུལ་འབྲུས་། དཀའ་འབྲུས་། བྱུང་འབྲུས་། སྤྱི་གཞིའི་འབྲུས་། འོད་ལྷན་གྱི་འབྲུས་། ལང་སྤྱིའི་འབྲུས་། སྤྱན་བཅོས་མཐུན་རྒྱུ་། དགོངས་ཁུའི་བྱུང་ཕྱོགས་། འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ་། ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར་། རྒྱུང་འབྲུས་། དགོངས་ཁུའི་གསོལ་ར། གཞུགས་ལོག་ཁེ་ཕན་ཚུ་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་ཅུང་ དེ་བསྐྱར་གྱི་འོང་འབབ་ལུ་དང་ བྱིམས་མཐུན་གྱི་ཕབ་ཆ་ཚུ་ཡང་སྒྲིབ་དགོ། ལུ་ལུ་༤/༧།

༥༽ བཅའ་ཡིག་ཡེ་ལུ་ ས༽ སྤྱི་གཤེག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཤེག་

༤.༡༽ རྒྱལ་ཁྲུང་ས༽

༤.༡༽ གཞུང་ལུ་རིག་ཅུལ་ཆ་ཤས་ཅན་དང་ རིག་ཅུལ་དམའ་བའི་མི་སྟོབས་དགོས་མཁོ་འགྲུབ་ནི་ལུ་ སྤྱི་གཤེག་དང་ གཞི་རིམ་ལས་གཤེག་བཅུགས་
རུང་ ཞི་གཤེག་པའི་གངས་སུ་མི་བཅི། གྲ་༤.༢ དང་ ༤.༣༽ སྤྱི་གཤེག་དང་ གཞི་རིམ་ལས་གཤེག་དགོས་ཐོན་པ་ཅིན་ ཞི་ལྷན་དང་བསྟན་གྲོས་
འབད་དེ་བཅུགས་དགོས་ཨིན་རུང་ ལཱ་འདི་ག་དེ་དག་ཅུ་མཉེན་སྦྲོད་འབད་ནི་འདི་ཐབས་ལམ་བསྐྱིག་དགོ། **རྒྱུ་དཔེ༤/༡༡༽** གྲ་སྤྱི་གཤེག་གི་གོ་གནས་དང་
གཤེག་གནས། **རྒྱུ་དཔེ༤/༡༢༽** གྲ་གཞི་རིམ་ལས་གཤེག་གི་གོ་གནས་དང་གཤེག་གནས།

༤.༥༽ གཤེག་བཅུགས་དང་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ༽

ཞི་ལྷན་གྱི་གནང་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གསལ་བསྐྱགས་འབད་དེ་གདམ་འཐུའི་ཚེགས་རྒྱུང་གི་ཐིམ་ལན་འབད་དེ་ ག་ཟེངས་ཐོན་གུར་གཞི་བཞག་སྟེ་བཅུགས་དགོ།

༤.༦༽ གཤེག་བསྐྱོས་ཀྱི་སྤྱིར་བཏང་ཁ་ཆོག༽

ཁ་ཆོག་དེ་ཡང་། གྲ་༤.༤.༡༽ འབྲུག་པའི་མི་ཁྲུང་ས༽ གྲ་༤.༤.༢༽ ལོ་ཆད་༡༥ དང་༥༠ གི་བར་ན་ཨིན་མི། གྲ་༤.༤.༣༽ ག་ཟུགས་བདེ་ཁམས་
ཅན། གྲ་༤.༤.༤༽ སྤྱི་རྒྱུ་བཞག་དཔྱད་ཀྱི་སྟན་ལུ་ལུ་དགོས། གྲ་༤.༤.༥༽ འགོ་ཐོག་གནས་ལུ་ན་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་༣། གྲ་༤.༤.༦༽ **འབྲེམ་གྲ་**
པའི་ནང་ མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ། གྲ་༤.༤.༧༽ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དཔྱད། གྲ་༤.༤.༨༽ གནས་སོར་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད། གྲ་༤.༤.༩༽ ལོ་གངས་༥༤ གི་
ལུ་ལས་བཅུགས་མི་ཆོག། གྲ་༤.༤.༡༠༽ ཞི་གཤེག་པའི་བཅི་མཐོང་དང་ གུན་སྦྲོད་ཀྱིས་དབང་དགོ། གྲ་༤.༤.༡༡༽ སྤྱི་གཞིམས་ཀྱི་མཐོ་གཞུགས་
དབང་འཛིན་འདི་ཞི་ལྷན་ཨིན། གྲ་༤.༤.༡༢༽ སྤྱི་གཤེག་ལུ་བྱུང་ན་ ཐིམ་སྤྱི་འདུན་སར་གཏང་དགོ། གྲ་༤.༤.༡༣༽ བཅི་མཐོང་དང་གུན་སྦྲོད་འདི་ལཱ་
རྟོག་འབད་དགོ།

༤.༧༽ དདུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་མན༽

དེ་ཡང་། གྲ་༤.༧.༡༽ **དདུལ་ཕོགས༽** གྲ་༤.༧.༡.༡ - ༤.༧.༡.༥༽ སྤྱི་གཤེག་པ་ལུ་ལོ་བསྟར་དདུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་ཡོད་རུང་ གཞི་རིམ་ལས་
གཤེག་པ་ལུ་མེད་པ་མ་ཆད་ ཁག་འབག་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡང་མེད། ཨིན་རུང་དཀའ་འཐུས་དང་ མཐོ་འཐུས། འི་རྒྱུན་གྱི་སྐབས་ དདུལ་ཕོགས་ཀྱི་
ཐོབ་ལམ་ཡོད། **གྲ་༤.༧.༢༽ ཐོབ་ལམ་གཞན༽** སྤྱི་གཤེག་པ་དང་ གཞི་རིམ་ལས་གཤེག་པ་ལུ་ཡང་། གྲ་༤.༧.༢.༡༽ ངལ་གསེའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།
གྲ་༤.༧.༢.༢༽ འགྲུལ་འཐུས་དང་ཉེན་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད། གྲ་༤.༧.༢.༣༽ གཤེག་ནང་འཇུག་ཏེ་ལོ་ མ་ལང་ས་པ་ཅིན་ སྤྱི་མའི་ངལ་གསེའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། **གྲ་༤.༧.༣ - ༤.༧.༤༽** སྤྱི་བཅོས་
མཐུན་རྒྱུ་ ཁང་གླའི་འཐུས། སྦྱོང་བཟུང་། དགོངས་ལུ་འབྲེལ་ཕོགས། འཚོ་རྟེན་མ་དདུལ། ཐིམ་ས་བསྟན་པ་བཟ། ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར། དགོངས་
ལུ་འགསོལ་ར། **གྲ་༤.༧.༥༽ ལུན་མེད༽** གཤེག་བཅུགས་ལས་སྟེ་གིས་སྤྱི་གཤེག་པ་དང་ གཞི་རིམ་ལས་གཤེག་པ་གི་ལུན་མེད་འདི་**འབྲེམ་གྲ་༤/༢** པ་
བཀའ་སྟེ་འབད་ནི་དང་ མེད་ཐེངས་རེ་ནང་ལོ་² རེ་འབད་ཆོག། ཨིན་རུང་སྤྱི་གཤེག་པ་དང་ སྦྱོན་མེད་ཀྱི་གཤེག་རབས། ཞི་གཤེག་པའི་གོ་གནས་
ཡར་སེང་ལམ་ལུགས་ལུ་ གནས་དགོས་མེད་རུང་སྤྱི་གཤེག་ལོ་⁴ ལུ་ལུ་བའི་ལུ་ལུ་ སྤྱི་གཤེག་པ་ པ་ནང་ཡར་སེང་འབད་ཆོག། དེ་ཡང་ལཱ་ལུ་ལུ་གཞི་

བཞག་དགོ། རྒྱུ་ལེགས་ཆ་མེད། རྒྱུ་ལེགས་ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་རེ་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཉུང་ཤོས་ཟླ་
ངོ་, གི་སྤྲ་གོང་ལས་ བཟང་ལན་འབད་དགོ། རྒྱུ་ལེགས་ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་རེ་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཉུང་ཤོས་ཟླ་
མ་བྱིན་པར་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག། རྒྱུ་ལེགས་ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་རེ་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཉུང་ཤོས་ཟླ་

༡༽ བཅའ་ཡིག་ལེན་པ་གཡོག་ཐོག་གི་མི་སྣ་བསལ་གོང་འཕེལ།

༩.༥༽ མི་སྣ་བསལ་གོང་འཕེལ་ལས་ཤིང་གི་དབྱེ་ལྟ།

༼༩.༥.༢.༡༽ དང་ ༼༩.༥.༢.༢༽ ཟླ་རྒྱུ་དང་དེའི་འོག་སྒྱུ་གི་སྒྱུང་བཅར་འདི་ ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར་སྒྲེ་བཅི་ནི་དང་ དེ་ཡན་ཆད་འདི་ ཡུན་རིང་སྒྱུང་བཅར་སྒྲེ་བཅི་དགོ། ༼༩.༥.༣༽ ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར་ཚུ་ཡང་༼༩.༥.༣.༡༽ ལག་ཁྱེར་དང་སྒྲོ་བ་ཆད། ༼༩.༥.༣.༢༽ ཕན་ཚུན་སྒྱུང་བཅར། ༼༩.༥.༣.༣༽ མཉམ་སྒྲགས་དང་འདྲིས་སྒྱུང་། ༼༩.༥.༣.༤༽ ཤེས་ཡོན་ལྷ་སྒྲོར་/སྤེལ་ཁང་ལྷ་སྒྲོར། ༼༩.༥.༣.༥༽ ལྷོ་རྟོག་ཡང་ན་མཐོ་སྒྲུབ་ལྷ་སྒྲོར། ༼༩.༥.༣.༦༽ གྲོས་འཛུགས། ཡང་ན་གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛུགས། ༼༩.༥.༣.༧༽ གྲོས་ཚོགས། མཁམ་འཛུགས། གྲོས་གནས། ཡང་ན་ཞལ་འཛུགས་དང་། ༼༩.༥.༣.༨༽ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་འགྲོ་འགྲུལ་གཞན་གང་རུང་། ༼༩.༥.༤༽ ཡུན་རིང་སྒྱུང་བཅར་ཚུ་ཡང་༼༩.༥.༤.༡༽ མཁམ་དབང་། ༼༩.༥.༤.༢༽ མཐུན་སྒྱུང་། མཁམ་མཆོག་། ༼༩.༥.༤.༣༽ གཞུག་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཆད། གཞུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཆད། ༼༩.༥.༤.༤༽ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཆད་/ལག་ཁྱེར་སྒྱུང་བཅར། ༼༩.༥.༤.༥༽ ཕན་ཚུན་སྒྱུང་བཅར། ༼༩.༥.༤.༦༽ མཉམ་སྒྲགས་དང་འདྲིས་སྒྱུང་།

༩.༦༽ ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར།

ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར་འདི། ༼༩.༦.༡.༡༽དང་ ༼༩.༦.༡.༢༽ ལོ་བསྐྱར་མི་སྣ་བསལ་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་དང་འབྲེལ་ རང་མའི་ལས་སྡེའི་མི་སྣ་བསལ་ཆོག་སྒྱུང་གིས་གནང་ནི་དང་ འཆར་གཞི་འི་ནང་མེད་མི་ཚུ་ གཙོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་གནང་བ་གནང་དགོ། ༼༩.༦.༡.༣༽ ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར་གྱི་ལས་སྒྲན་དང་འབྲེལ་**འཕྲིཤག་༩/༡** ཕ་བཀའ་ཞིན་ན་ མི་སྣ་བསལ་འགོ་དཔོན་གྱིས་**བྱུང་དེབ་༩/ག** ཕ་ནང་གི་དབྱེ་ཐོང་དང་འབྲེལ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ཆོག་སྒྱུང་ལུ་ཕུལ་དགོ། ༼༩.༦.༡.༤༽ ཉེན་མུ་ དང་འདི་ལས་ཉུང་མི་སྣ་བཅར་སྐབས་ལུ་**འཕྲིཤག་༩/༡** ཕ་དང་**འཕྲིཤག་༩/༢** ཕ་བཀའ་མི་དགོ།

༼༩.༦.༢༽ ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར་གྱི་འོས་ཆད། ༼༩.༦.༢.༡༽ གཏན་འཇགས་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་དང་ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལེན་ཆོག་། ༼༩.༦.༢.༢༽ གོ་གནས་གྱི་གནས་ཤིང་དང་ ལཱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དགོ། ༼༩.༦.༢.༣༽ ཉམས་ཚུན་དུས་ཡུན་ཆད་དགོ་རུང་ དེས་ཕར་ལྷོགས་གྲུབ་གོང་འཕེལ་གྱི་ཤིགས་དེ་ཉམས་ཚུན་དུས་ཡུན་ནང་གཏང་དགོ། ༼༩.༦.༢.༤༽ སྒྱུང་བཅར་ལེན་ནི་དོན་ལུ་ བར་ཡུན་དགོས་མཐོ་ཆད་དགོ། ༼༩.༦.༢.༥༽ དགོངས་ཞུའི་དུས་ཡུན་ཉུང་མཐའ་ཟླ་རྒྱུ་དགོ།

༼༩.༦.༣༽ ཡུན་ཐུང་སྒྱུང་བཅར་ཆ་མེད་དེ་ཡང་༼༩.༦.༣.༡༽ སྒྱུང་བཅར་གཞན་ལུ་གདམ་འཐུ་འབད་ཡོད་པ། ༼༩.༦.༣.༢༽ སྒྱུང་བཅར་མ་ཐོབ་པའི་ལག་འབག་ཤིགས། ༼༩.༦.༣.༣༽ སྒྱུང་བཅར་བར་ཡུན་གྱི་དགོས་མཐོ་ཆད་པ། ༼༩.༦.༣.༤༽ སྐབས་གཡོག་ནང་ཨིན་པ། ༼༩.༦.༣.༥༽ དམིགས་བསལ་ངལ་གསེའི་ནང་ཨིན་པ།

༼༩.༦.༤༽ འགོ་སྐྱོད་ཐུག་གོང་གི་བྱ་ཤིང་༼༩.༦.༤.༡༽ འཕྲིཤག་༩/༢ ཕ་དང་འབྲེལ་ ཡིག་སྒྲིང་དེ་འགོ་སྐྱོད་ཐུག་གོང་གི་ཁ་བཀོད་ཕྱིན་དགོ། ༼༩.༦.༤.༢༽ འགོ་སྐྱོད་ཐུག་གོང་གི་**འཕྲིཤག་༩/༣** ཕ་གྲུང་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

༩.༤.༥ རྒྱུ་བཟུང་འབད་བའི་སྐབས་དང་མཇུག་བསྐྱེད་དགོས་མཁོ། ༼༩.༤.༥.༡ ༽ འཕྲོ་སྐྱོད་ཕྱ་གོང་གི་དོན་ཚན་ཚུ་ལཱ་གནས་དགོ། ༼༩.༤.༥.༢ ༽
རྒྱུ་བཟུང་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་ཞིན་མ་ལས་ འཇུག་ཞུགས་ཡིག་ **འབྲི་ཤོག༩/༦** ཡ། རྒྱུ་བཟུང་སྒྲིལ་ཞུ་འབྲི་ཤོག༩/༥ ཡ། བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག
༩/༦ པ་དང་ ལག་ཁྱེར་ཚུ་ཕུལ་དགོ། ༼༩.༤.༥.༣ ༽ སྡེ་ཚོན། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་ རྒྱུ་བཟུང་གི་གསལ་ཁུ་ཅིག་ཕུལ་དགོ།

༩.༥ ༽ ཡུན་རིང་རྒྱུ་བཟུང་།

༩.༥.༡ ༽ **ཡུན་རིང་རྒྱུ་བཟུང་གི་དབྱེ་ཁག་ལམ་ལུགས།** ༼༩.༥.༡.༡ ༽ དུས་ཡུན་འཁྱེད་བུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་། ༼༩.༥.༡.༢ ༽ ལྷ་བསེས་ལམ་ལུགས་
གྱི་སློབ་སྦྱོང་། སློབ་སྟོན་པ་ཚུ་ལཱ་ རོས་འཛིན་འབད་བའི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ བྱེད་གཞུག་དལ་གསེའི་སྐབས་གྱི་སློབ་སྦྱོང་། ༼༩.༥.༡.༣ ༽ རྒྱལ་ཁབ་ནང་
འཁོད་གི་འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཡིན།

༩.༥.༢ ༽ **ཡུན་རིང་རྒྱུ་བཟུང་གི་གནད་སྦྱོང་དབང་འཛིན།** འཁྱེད་བུམ་དང་སྐྱ་བསེས་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ཚུ་ རང་སེའི་ལས་སྡེ་གི་མི་སྟོབས་ཚོགས་
ཚུང་གིས་དབྱེད་ཐོ་**བྱུར་དེབ་༩/ག** པ་དང་འབྲེལ་གདམ་འཐུའི་འབྲི་ཤོག༩/༡ པ་འདི་ ཞི་ཕྱེན་ལཱ་ཕུལ་ཐོག་ གནད་བལམས་དགོ་ཅུང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་
འཁོད་གི་འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་སློབ་རིམ་^{༡༠} པ་དང་^{༡༢} པ་ཡིན་པ་ཅིན་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནད་བལམས་ཚོགས་པ་དང་ གདམ་
འཐུའི་འབྲི་ཤོག༩/༡ པ་འདི་ཕུལ་མི་དགོ།

༩.༥.༣ ༽ **ཡུན་རིང་རྒྱུ་བཟུང་གི་འོས་ཚད།** ༼༩.༥.༣.༡ ༽ འབྲུག་པའི་མི་ཁུངས་ཡིན་དགོ། ༼༩.༥.༣.༢ ༽ འབྲེལ་ཡོད་གྱི་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།
༼༩.༥.༣.༣ ༽ སྤྱི་ལོ་༢༠ འོག་རྒྱུ་ཡིན་དགོ། ༼༩.༥.༣.༤ ༽ གཞུག་ཐོག་གི་ཡུན་རིང་རྒྱུ་བཟུང་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཐངས་^༣ འབད་ཆོག།
༼༩.༥.༣.༥ ༽ ཤེས་ཚད་ཅོག་གཅིག་པ་ནང་ རྒྱུ་བཟུང་ཐངས་གཅིག་ལས་འབད་མི་ཆོག། ༼༩.༥.༣.༦ ༽ རྒྱུ་བཟུང་གི་བར་ཡུན་ཚང་དགོ།
༼༩.༥.༣.༧ ༽ ཞི་གཞུག་ཚོས་རྒྱུགས་ལས་གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་ཞི་གཞུག་པ་ཚུ་ ཉམས་ཚུང་དུས་ཡུན་མ་བཅུས་པར་ སྤྱི་གཞུག་འོག་མའི་ནང་ཉུང་
མཐའ་ལོ་ངོ་^༢ གྱི་རིང་ཕྱག་ཞུ་དགོ། ༼༩.༥.༣.༨ ༽ གཙོ་རིམ་བསྐྱོགས་ཡོད་མི་དང་བསྐྱེད་ གནད་ཁག་ཆེད་ཞབས་ཏྲིག་ཚུ་འདི་དོན་ལཱ་ མཁས་མཆོག་
གི་ལས་རིམ་སྦྱང་ཆོག། ༼༩.༥.༣.༩ ༽ ཞི་གཞུག་ཚོས་རྒྱུགས་མ་རྒྱབ་མི་དང་ ཁག་ཆེད་ཞབས་ཏྲིག་མིན་པའི་རིགས་ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་^༢ གྱི་རིང་ཕྱག་
ཞུ་དགོ། ༼༩.༥.༣.༡༠ ༽ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་སློབ་སྦྱོང་གི་དོན་ལཱ་ གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་དགོ་པའི་གྱར་ ཞི་གཞུག་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་
གདམ་འཐུ་སྦྱབ་མི། ཡང་ན་ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་ནང་ཡིན་མི་ཅིག་དགོ། ༼༩.༥.༣.༡༡ ༽ གཙུག་ལག་འོག་མའི་སློབ་སྦྱོང་འདི་ གཞུག་དང་
འབྲེལ་བའོད་ཅུང་མེད་ཅུང་ དགོངས་ཁུ་འབད་མ་དགོ་པར་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་འབྱོར་ཆོག།

༩.༥.༤ ༽ **ཡུན་རིང་རྒྱུ་བཟུང་ཆ་མེད།** ༼༩ ༽ གཞུག་དང་གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ། ༼ཁ ༽ རྒྱུ་བཟུང་ཅིག་ནང་མི་ངོ་སྟེ་
བཏོན་ཚར་བའི་ཤུལ་ལཱ་ འཕྲོ་གཙང་འབད་ཡོད་པ། ༼ག ༽ ཉེ་མའི་རྒྱུ་བཟུང་ཅིག་འཕྲོ་གཙང་འབད་མི་འདི་ གསོ་བའི་བཀོད་ཚོགས་ལས་གསོ་བའི་
བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར་མེད་པ། ༼ང ༽ བར་ཡུན་གྱི་དགོས་མཁོ་མ་ཚང་པ། ༼ཅ ༽ སྐབས་གཞུག་ནང་ཡིན་པ། ༼ཆ ༽ དམིགས་བསལ་དལ་གསོ།

སྒྲིམ་འེང་ལ་གསོ། རྟ་གཡོག་འེང་གསོ་དང་ སྒྲན་བཅོས་འེང་གསོ་འེང་ཡིན་པ། ༼༩༽ ལག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཡིན་པ། ༼༡༽ སྒྲིཊས་
བརྟག་དཔྱད་མེད་པ།

༩.༢.༥༽ འཕྲོ་སྒྲིད་ལྷ་གོང་གི་བྱ་རིམ། འཕྲོ་སྒྲིད་ལྷ་གོང་ཁ་བཏོད་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ་འགན་ལེན་**འབྲི་ཤོག༩/༤** གུར་སྒྲིབ་བཟར་པ་དང་
འགན་ལེན་པའི་མིང་རྟགས་བཏོད་དེ་ འབྲ་རེ་རང་སེའི་ལས་སྡེ་དང་ཞི་ལྷན་ལུ་ཐུལ་དགོ། གལ་སྲིད་འཕྲོ་སྒྲིད་ལྷ་གོང་གི་དགོས་མཁོ་མཚུགས་བསྟུ་བར་
འཕྲོ་བཅོན་ སྒྲིབ་སྒྲིབ་གི་དུས་ལུན་ལས་ལོག་ལྟ་བུ་སྡེ་ བར་འབྲུང་སྡེ་བཞག་འོང་།

༩.༢.༦༽ ལུན་རིང་སྒྲིབ་བཟར་སྐབས་དང་ མཚུགས་སྒྲིབ་འཕྲི་ཤོག་མཁོ། ༼༩.༢.༦.༡༽ མིང་རྟགས་བཏོད་པའི་ལས་ལེན་གུར་གནས་དགོ།
༼༩.༢.༦.༢༽ གནང་བ་གྲུབ་པའི་དུས་ལུན་ནང་མཚུགས་སྒྲིབ་དགོ། ༼༩.༢.༦.༣༽ སྒྲིབ་བཟར་འདི་བསྟུར་བཅོས་འབད་མི་ཆོག། ༼༩.༢.༦.༤༽
སྒྲིབ་རིག་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ལུ་ཤུལ་དབྱེད་ཐུད་ཀྱི་གངས་སུ་སྡེ་བཅི་དགོ། ༼༩.༢.༦.༥༽ ས་ཁོངས་ལྟ་སྟོར་གྱི་དོན་ལུ་ཞི་ལྷན་ལུ་ ལྷ་གོང་ལས་གནང་བ་
ལུ་དགོ། ༼༩.༢.༦.༦༽ མཚུགས་སྒྲིབ་སྡེ་ལོག་འོངས་མ་ད་ གནས་གྲུབ་ཤོག་འཛིན་འདི་རིན་ཆུང་སྡེ་རིམ་ནང་བཏོག་དགོ། ༼༩.༢.༦.༧༽ སྒྲིབ་སྒྲིབ་
མཚུགས་སྒྲིབ་པའི་དུས་ཚོད་ལས་ ༡༡ གི་ནང་འཁོད་ རྩ་བུ་སྡེ་ཞི་ལྷན་ལུ་སྒྲན་ལུ་འབད་དགོ། ༼༩.༢.༦.༨༽ སྒྲན་ལུ་འབད་བའི་སྐབས་
ཡིག་ཆ་ཐུལ་དགོ་ཡང་། འཛུལ་ལྷགས་**འབྲི་ཤོག༩/༥** པ། སྒྲན་ལུ་**འབྲི་ཤོག༩/༥** པ། བསམ་ལན་**འབྲི་ཤོག༩/༦** པ། སྒྲིབ་རིག་ལག་ཁྱེར་དང་
སྒྲིགས་ཤོག། ཞིབ་འཛོལ་རྩོམ་ཡིག་དང་ ཞིབ་འཛོལ་ཐོག་ཡིན་ན་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ བརྒྱུ་འབད་བའི་གནང་བའི་ཡི་གུ།
༼༩.༢.༦.༩༽ ཞི་ལྷན་ལུ་སྒྲན་ལུ་ཐུལ་མ་ཆར་ཆུན་ འེང་གསོ་གཅི་ཡང་ལེན་མི་ཆོག། ༼༩.༢.༦.༡༠༽ ཡིག་ཆ་དང་ལོག་འཛུལ་ཞིན་མ་ལས་ བན་
འདེབས་འབད་ནི་གི་སྟོར་ལས་ གསལ་ལུ་ཅིག་འབད་དགོ། ༼༩.༢.༦.༡༡༽ སྒྲིབ་བཟར་འབད་བའི་སྐབས་ ཞི་ལྷན་གྱིས་དུས་མཚམས་ལུ་ལྟོག་
འབད་དགོ། ༼༩.༢.༦.༡༢ དང་ ༩.༢.༦.༡༣༽ རང་སེའི་ལས་སྡེ་གིས་སྒྲིབ་བཟར་པ་འདི་ དུས་རྒྱུན་ལྟོག་འབད་དགོ་པ་དང་མཚུགས་སྒྲིབ་ཤུལ་ལུ་
དུས་ཐོག་ལོག་ནི་རེས་བརྟན་བཟོ་དགོ་པ་དང་ བཀའ་བརྩམས་འཆར་གཞི་བརྩམ་དགོ།

༩.༢.༧༽ ལུན་རིང་སྒྲིབ་བཟར་གྱི་ལག་འགན། ༼༩.༢.༧.༡༽ སྒྲིབ་བཟར་གྱི་ལག་འགན་འདི་མ་རྩོགས་ཆུན་ དམིགས་བསལ་འེང་གསོ་འཕྲོ་མི་
ཆོག། ༼༩.༢.༧.༢༽ ལས་སྡེ་ཕྱི་ནང་གི་གོ་གནས་ཅིག་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་སྒྲིབ་བཟར་གྱི་དུས་ལུན་དང་ མཉམ་པའི་རྒྱང་མཐའི་
དུས་ལུན་ཆར་དགོ། ༼༩.༢.༧.༣༽ གཡོག་ལས་དགོངས་ལུ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ སྒྲིབ་བཟར་གྱི་ལག་འགན་འདི་མཚུགས་སྒྲིབ་དགོ།
༼༩.༢.༧.༤༽ ལུན་རིང་གི་སྒྲིབ་བཟར་མཚུགས་སྒྲིབ་པའི་ཤུལ་ལུ་ ལུ་གཡོག་དང་དབྱུལ་འབྲེལ་གྱི་ལག་འགན་འབག་དགོ། ༼༩.༢.༧.༥༽ དབྱུལ་
འབྲེལ་གྱི་ལག་འགན་ཤོག་ཆེ་ ཡིག་ཆ་དང་བཀའ་རྒྱ་གི་ཆོས་གངས་ལས་ཉིན་གངས་^{༩༠} གི་ནང་འཁོད་སྒྲིབ་དགོ། ༼༩.༢.༧.༦ དང་ ༩.༢.༧.༧༽
སྒྲིབ་སྒྲིབ་དུས་ལུན་སྐབས་ ཅུ་བརྒྱད་བཏང་བ། ཐབས་མེད་དགོངས་ལུ་འབད་བ། སྒྲིབ་སྒྲིབ་མཚུགས་བསྟུ་བ། སྒྲིབ་སྒྲིབ་མཐར་མ་འབྲེལ་བ། ཕྱིར་བཏོན་
འབད་ཡོད་པ། འཕྲོ་གཅད་འབད་བ། གཡོག་ལས་དགོངས་ལུ་འབད་ཆེ་ དབྱུལ་འབྲེལ་གྱི་ལག་འགན་འདི་བཀའ་དགོ། ༼༩.༢.༧.༨༽ ཞི་ཆུན་བྱུང་ན་
དབྱུལ་འབྲེལ་གྱི་ལག་འགན་ ཆ་མེད་སྡེ་བཞག་པ་ཡིན། ༼༩.༢.༧.༩༽ ལས་ལེན་ཡིག་ཆ་འདི་བྱང་སྟོར་ཤོར་བ། ཡང་ན་ མེད་པ་ཐལ་ཆེ་ཉེས་བྱ་ཆུ་
འབྲུག་གི་སྒྲིབ་བྱེད་བཅའ་ཁྲིམས་^{༢༠༠༥} ཅན་མ་ནང་གི་གནས་སྟངས་དང་ འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ་བྱེད་གུར་གཞི་བཞག་སྟེ་བཀའ་དགོ། ༼༩.༢.༧.༡༠༽ ཞི་

གཤམ་སྤེལ་བཅུ་ཉེ་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལེན་ཡོད་ཆེ་ གཤམ་སྤེལ་འབད་བའི་སྐབས་ གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་ གཤམ་སྤེལ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་ཁག་འགན་གཉིས་ཆ་ར་མཇུག་བསྟུན་གོ།

༩.༤ ་ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་གདམ་འཕྲུལ་བྱེད་མཁུ་

༩.༤.༡ ་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ རྩལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༢ ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ནང་འཁོད་ རྩལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོས་དང་ཁྱུ་ཡིག་བཟུགས་མི་མེད་ན་ བསྐྱུར་བསྐྱུགས་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༣ ་ གསལ་བསྐྱུགས་དང་ཁྱུ་ཡིག་བཟུགས་ཆེས་ཀྱི་བར་ན་ བདུན་ཕྱག་བཞི་བཞག་དགོ། ༼༩.༤.༤ ་ **འཛིན་གཞི༩/༩** པ་དང་འཁྲུལ་ཕྱི་སྤེལ་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༥ ་ ཕྱི་སྤེལ་གྱི་དོན་ལཱ་ སློབ་རིག་སྐྱུགས་ཤོག་ རྒྱ་ཡོན་ཐོ་ གསལ་བསྐྱུགས་དང་ ཕྱི་སྤེལ་ཚད་གཞི། ༼༩.༤.༦ ་ གདམ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་སྤེལ་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་། འོས་ཚད་བདེན་དུང་། ཡིག་ཆ་བདེན་དུང་། ཡིག་ཆ་བསྐྱུ་སྒྲིག་འབད་དེ་བཟུགས་དགོ། ༼༩.༤.༧ ་ འོས་ཚད་ལཱ་གཞི་བཞག་སྤེལ་ཕྱི་སྤེལ་ཚུ་བདེན་གོ། ༼༩.༤.༨ ་ སློབ་རིག་སྐྱུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་མཁུ་ཕྱི་སྤེལ་དགོ། ༼༩.༤.༩ ་ ས་སྤྱོད་གཏོན་ལཱ་ཕྱི་སྤེལ་གཉིས་རེ་ཚུ་བདེན་གོ། ༼༩.༤.༡༠ ་ འོས་ཚད་ཕྱན་ན་མི་རིམ་གཅིག་ལཱ་ཡང་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ། ༼༩.༤.༡༡ ་ ལས་སྤེལ་གཞི་ཕྱི་སྤེལ་སྐྱུ་བཟུ་བཟུ་ བདུན་ཕྱག་༡ གི་སྤྱོད་ལས་གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༡༢ ་ ཕྱི་སྤེལ་དང་གདམ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ཚད་གཞི་འདི་ ཞི་ལྷན་དང་ལས་གཤམ་ལྷན་ཁག་གཉིས་ཀྱིས་ བཅོམ་འདི་ལཱ་གཞི་བཞག་དགོ། ༼༩.༤.༡༣ ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འདི་འཕྲུས་མི་ལཱ་གསལ་བསྐྱུགས་དགོས་དང་ དབང་ཆ་འདི་ཞི་ལྷན་ལཱ་ཡོད། ༼༩.༤.༡༤ ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་མི་ཚུ་གིས་ ཁེ་སྤྱོད་ལྷན་སྤྱོད་གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༡༥ ་ དྲིས་ལན་ལས་རྒྱལ་པ་གིས་ཁ་བཏོད་བྱེད་དགོ། ༼༩.༤.༡༦ ་ **འཛིན་གཞི༩/༩** པ་དང་འཁྲུལ་ གདམ་འཕྲུལ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༡༧ ་ གདམ་འཕྲུལ་འོས་འབབ་དོན་ལཱ་ སྐྱུགས་བསྐྱེད་མཁུ་བརྒྱ་ཆ་༥༠ འཐོབ་དགོ། ༼༩.༤.༡༨ ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་མི་ཚུ་གི་དཔྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱུགས་འདི་ མཐའ་དུང་གི་སྐྱུགས་སྤེལ་བཅུ་དགོ། ༼༩.༤.༡༩ ་ གདམ་འཕྲུལ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ གདམ་འཕྲུལ་ཚོགས་ཚུང་གིས་བདེན་དུང་འབད་དེ་ ཆ་འཛིན་གཞན་དགོ། ༼༩.༤.༢༠ ་ གྲུབ་འབྲས་འདི་ཉིན་གྲངས་༥ གི་ནང་འཁོད་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤོང་ནང་གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོ། ༼༩.༤.༢༡ ་ གདམ་འཕྲུལ་གྲུབ་པའི་མི་རིམ་གིས་ སློབ་སྤྱོད་དལ་གསལ་འཆར་འདི་ ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ལཱ་ལུ་ལཱ་དགོ། ༼༩.༤.༢༢ ་ ཆ་འཛིན་སྐྱུ་བཟུ་ཞི་ལྷན་གྱིས་ གནང་ཆའི་ལཱ་གཞན་དགོ། ༼༩.༤.༢༣ ་ འགོ་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་ཁ་བཏོད་འདི་ མཇུག་བསྟུན་གོ།

༩.༥ ་ **ཐོབ་ལམ།** ༼༩.༥.༡ ་ རྩལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཟུང་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ཡང་། ༼༩.༥.༡.༡ ་ ཉིན་གྲངས་₃₀ ལས་ལྷག་ན་ འཆོ་འཕྲས་དང་ དེ་ལས་ཉུང་ན་ཉིན་འཕྲས་སྤྱོད་ནི་དང་། དེ་ཡང་འགོ་ཐོག་ཉིན་གྲངས་₇₀ གི་ཉིན་འཕྲས་ཕྱི་སྤེལ་བྱུང་དང་། དེ་འབྲེལ་ལཱ་ཉིན་གྲངས་ཚུ་ ཉིན་འཕྲས་ཕྱི་སྤེལ་དགོས་ཞིན། ༼༩.༥.༡.༢ ་ འགོ་འདྲེན་པ་གིས་སྤྱོད་གནས། བཟུང་འཕྲུང་། ཟད་འགོ་གཞན་ཚུ་བྱེད་པ་ཅིན་ ཉིན་འཕྲས། ཡང་ན་ འཆོ་འཕྲས་ཐོབ་ལམ་མེད་པ་དང་། སྤྱོད་གནས་དང་བཟུང་འཕྲུང་གཉིས་ལས་གཅིག་ མ་བྱེད་པ་ཅིན་ཉིན་བསྐྱར་གྱི་ཐོབ་ལམ་བརྒྱ་ཆ་₅₀ དང་སྤྱོད་གནས་དང་ བཟུང་འཕྲུང་བྱེད་ཅི་ཟད་འགོ་གཞན་ མ་བྱེད་པ་ཅིན་ཉིན་བསྐྱར་གྱི་ཐོབ་ལམ་བརྒྱ་ཆ་₂₀ ཡོད། ༼༩.༥.༡.༣ ་ འགོ་འཕྲུལ་གྱི་ཉིན་གྲངས་འདི་ སྤྱོད་བཟུང་ཉིན་གྲངས་ཀྱི་གྲངས་སྤྱི་མཐུན། ༼༩.༥.༡.༤ ་ ཉིན་གྲངས་₃₀ ལས་ལྷག་ན་ ཁང་འཕྲས་མ་གཏོགས་འཕྲས་གཞན་མི་འཐོབ། ༼༩.༥.༡.༥ ་ འགོ་འཕྲུལ་གྱི་སྐབས་ བསྐྱུགས་སྤྱོད་དགོན་ཉིན་འཕྲས་བརྒྱ་ཆ་₅₀ ལས་མི་འཐོབ། ༼༩.༥.༡.༦ ་ བྱ་ཐབས་མེད་པར་སྤྱོད་དགོ་ཅུང་ ཉིན་གྲངས་གཉིས་ལྷག་མི་འཐོབ། ༼༩.༥.༡.༧ ་ སྐྱུག་ཡུན་ལཱ་གྲོགས་རམ་པ་གིས་ཉིན་འཕྲས་མ་སྤྱོད་ན་ གཞུང་ལས་ཉིན་འཕྲས་འཐོབ། ༼༩.༥.༡.༨ ་ སྤྱོད་ཐམ་འཕྲས། གཞུང་འབྲེལ་ལས་ཡིག་འཕྲས། གནམ་ཐང་གི་ཁལ་ཚུ་ གྲོགས་རམ་པ་གིས་མ་སྤྱོད་ན་ འཕྲུང་འཛིན་དང་བསྐྱུར་

སྒྲིག་དགོ། ་། ༡༩.༩.༡.༡༠ ་། གསེ་བའི་ཉིན་བཅའ་གྱིས་ཁྱབ་དགོས་དང་ གཤམ་སྒྲིག་གྲུ་ཕུར་སྐྱེན་བཅའ་ཚུ་མ་ཁྱབ་ན་ འཕྱོར་འཛིན་དང་བསྐྱུན་གསེ་བའི་
 ལྷན་ཁག་གིས་སྒྲིག་དགོ། ་། ༡༩.༩.༡.༡༡ ་། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཡུན་ཐུང་སྒྲིང་བཅར་ འདི་ཉིན་གངས་₃₀ ཡང་ན་དེའི་འོག་རྒྱ་ཚུ་ ཉིན་འཐུས་₂₀₀₀
 རེ་འཐོབ་ནི་དང་ ཉིན་གངས་₃₀ ལྷན་ན་ ཟླ་རིམ་འཛོ་འཐུས་₂₀₀₀ དང་གཡོག་གནས་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ཡིན་པ་ཅིན་བརྒྱ་ཆ་₄₀ འཐོབ། དམིགས་
 བསལ་སྒྲིང་བཅར་ཡིན་པ་ཅིན་སྒྲིག་གོ། ཡང་ན་ དེའི་འཐུས་འཐོབ།

་། ༡༩.༩.2 ་། རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་ཡུན་རིང་སྒྲིང་བཅར་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡང་། ཡུན་ཐུང་སྒྲིང་བཅར་ཅིག་འཐད་པ་སྤྲོལ་དཔ་དང་ གཤམ་འཁོད་གྱི་ཐོབ་ལམ་
 ཐེབས་ཡིན། ་། ༡༩.༩.2.4 ་། འཛོ་འཐུས་འདི་སྒྲིབ་ཕྱིད་སྐྱེན་ལྷན་གྱི་ར་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལོ་རེ་ནང་ཆར་གཉིས་སྟེ་སྒྲིག་དགོས་དང་་། ༡༩.༩.2.10 ་།
 དངུལ་སོར་ཆད་གཞིའི་ཁྱད་པར་བཅིས་ཏེ་ དངུལ་སྒྲིག་ལེན་གྱི་ཟད་འགོ་ཚུ་ གོགས་རམ་ཕྱིན་མའི་ལས་སྟེ་གིས་འབག་དགོ།

ལྟེན་བཅས་ཡིག་ལེན་ཏུ་ཡང་དཔེ་བཅུ་ལྔ་

[illegible]

༡༠.༤ ། སྒོ་བྱུར་ངལ་གསོ།

གཞུགས་ཁམས་མ་བདཱེ་དང་སྐྱེད་རྒྱུ་གཤམ་ཅན་གྱི་རིགས་ལཱ་ལེན་ཆོག་པ་དང་། དེ་ཡང་ཉིན་མཉེན་ལས་ལོ་གཅིག་ནང་ཉིན་གངས་⁷⁰ ལྷན་ལེན་ཆོག་པ་ཡིན།

70.4 ། གཞི་གཞུང་གི་འཕུལ་པ་གཞི་

དེ་ཡང་ཐཱ་ཤ་ཏེ་ཚོགས་པ་དྲུག་གི་ཉེན་གངས་^{2.4} བརྩིས་ཏེ་ བཟོ་ཤིང་ཉེན་གངས་²⁰ ཚུན་ གསེག་འཛིག་འབད་ཚོགས་དང་ ཐཱ་ཤ་གཅིག་པ་ལས་ལྷག་པའི་
སྤྱོད་བདར་ལེན་པ་ཅིན་ དལ་གསོམི་འཕྲོག་། སྤྱོད་སྤྱོན་པ་ཚུ་གསེག་འཛིག་གི་དལ་གསོམི་འཕྲོག་།

70.6) ལྷ་འདུལ་གསོ། བཟའ་ཆང་གི་འཕུས་མི། སམ། ལྷ་ཆ་དང་ཟླ་ཤོགས་ཀྱི་སམ་གང་ཏུ་ ཤི་རྒྱུ་ལྷུང་པའི་སྐབས་རྒྱུ་འདྲ་གྱི་ཉིན་ལས་
བདུན་ལྷ་འདུལ་གསོ་དང་གཞུང་གི་འདུལ་གསོ་བརྩིས་ཏེ་ཉིན་གངས་༢༡ འཛོལ།

༡༠.༡༽ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ། ཨ་ལུ་རང་གིས་སྐྱེ་མི་དང་ བྱ་ཚབ་ལེན་མི་གཉིས་ལུ་ཟླ་དོ་༤ གི་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འདི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། མངལ་ཤོར་བྱུང་ན་
 ཟླ་ཨ་༡, གི་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འཛོལ། ཟླ་དོ་༣ གི་ནང་འཁོད་ཨ་ལུ་ལུ་གི་སྐྱེན་བྱུང་ན་ ཟླ་རན་ངལ་གསོ་དང་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ག་མཐོ་མི་ལེན་ཚོགས་དང་
 ཟླ་ཨ་༣ གི་རྒྱབ་ལས་ གི་སྐྱེན་བྱུང་ན་ཟླ་རན་ངལ་གསོ་འདི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་རུང་ ཟླ་རན་ངལ་གསོ་རྒྱུ་མཐོ་མི་ལེན་ཚོགས་པ་ཅིག་ལུ་གཡོག་འཕྲོ་མ་བྱུང་དགོ། ལུ་གཡོག་ལུ་
 གཞོད་པ་མེད་ན་ཨ་ལུ་ཟླ་དོ་༢༠ ཚུན་ ཨོམ་བྱིན་ནི་ལུ་ཚུ་ཚོད་༡༢ ལས་༢ ཚུན་ངལ་གསོ་བྱིན་ཚོགས། སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འདི་སྐྱིག་གཡོག་དོ་མའི་གངས་
 ལུ་བཙི་དགོས་དང་ གཞི་རྟེན་དབུལ་ལོགས། དྭ་ལ་འབྲས། མཐོ་འབྲས། ཁང་གུ་འདྲུས་ཚུ་ཡང་འཛོལ། སྐྱོབ་སྐྱོང་ངལ་གསོ་དང་ དམིགས་བསལ་
 ངལ་གསོ་འདི་སྐབས་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བ་ཅིན་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འདི་ཐོབ་ལམ་མེད་རུང་ འཇུབ་བྱ་གསལ་སྐབས་ཨ་ལུ་འདི་ཟླ་དོ་༤ མ་ལངས་པ་ཅིན་ངལ་གསོ་ལྷག་
 ལུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ཉམས་ཚེད་པ་ལུ་ཡང་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་ཚུ་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་གངས་ལས་བཙིས་ཏེ་ སྐྱེ་
 མའི་ངལ་གསོ་ལྷག་ལུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

10.4 ། སེལ་ལམ་གསོ།

རང་གི་ཨ་ལུ་དང་བུ་ཚབ་ལུ་ཡང་ སེལ་ལམ་གསོ་ལུ་དུས་ཀྱི་ཉེན་གངས་¹⁰ གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ཟླ་ངོ་6 གི་ནང་ལོ་འདྲེ་ཨ་ལུ་གྱི་ཆེན་བྱུང་ན་དམིགས་བསལ་སེལ་ལམ་གསོ་ཐོབ་ལམ་ཡོད་ཅུང་ སློབ་སྦྱོང་ལམ་གསོ། དམིགས་བསལ་ལམ་གསོ་འོས་བསྐྱེད་ཐོབ་ལམ་མེད།

10.5 ། སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ།

ནད་གཞི། ཡང་ན་ གནོད་ཆེན་ལས་བརྟེན་སྤྱི་གཞི་གཞི་བཟུགས་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར་གྱི་གཞི་བཟུགས་སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་འཕྲོ་བཞུགས་ཀྱི་ལམ་ལྟ་བུ་དུང་འཛོལ་གནང་བ་གིས་བཏུབ་ཅུང་ཟླ་ངོ་2, ལས་ལྷན་མི་དང་ རྟོ་ཅུང་ཟླ་མ་གཞན་ཅིག་ལེན་དགོས་ཅིན་སྤྱན་བཅོས་བཀོད་ཆོགས་ལས་གནང་བ་དགོ། ཞི་གཞི་གཞི་ཅིག་ལུ་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་ངོ་36 གི་སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་འོས་བསྐྱེད་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་ལྷན་མི་དང་པ་ཅིན་ ཞི་གཞི་གཞི་ལུ་འདྲི་སྤྱི་གཞི་མཚུངས་བའི་སྤྱི་གཞི་དགོངས་ཁུ་ལུ་གསུངས་ཀྱི་དགོངས་ཁུ་ལུ་ཁོ་ཕན་དང་བཅས་ དགོངས་ཁུ་འབད་དགོ། དེ་ཡང་སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་འདྲི་ཉེན་གངས་³⁰ ལེན་ཆོག་པ་དང་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་ངོ་36 གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་འདྲི་ནད་སྤྱོད་མི་ལུ་ དུལ་ཕོགས་ཐོབ་ཅུང་ལམ་གསོ་ཟླ་ངོ་2, ལས་ལྷན་མི་དང་ བྱུང་ཅིག་ལུ་གཞི་གཞི་འབྲས་ མཚུངས་འཛོགས་སྤྱོད་བཟུགས་དགོ། ཟླ་ངོ་3 ལས་ལྷན་མི་སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་བའི་བདེ་ལམས་ལག་ཁྱེར་ཡོད་ན་ སྤྱི་གཞི་གཞི་ནད་བཟུགས་ཆོག། སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་ཟླ་ངོ་3 ལས་ལྷན་མི་དང་ མི་སྤྱོད་ཆོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གནང་དགོས་པ་དང་ ཟླ་ངོ་3 ཚུན་ཀྱི་སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་འདྲི་ སྤྱི་གཞི་གཞི་མཚུངས་སྤྱོད་བཟུགས་དགོ།

10.10 ། རྟོ་གཞི་གཞི་ལམ་གསོ། རྟོ་གཞི་གཞི་ལམ་གསོ་འདྲི་ཟླ་མ་2, གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ལམ་ དུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡང་ཡོད།

10.11 ། སློབ་སྦྱོང་ལམ་གསོ།

ཞི་ལྷན་ཀྱི་གནང་བ་དང་འཁྲུལ་བའི་སློབ་སྦྱོང་ལམ་གསོ་ཡང་། ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅུང་ཀྱི་དོན་ལུ་བཅི་དགོས་པ་དང་ སྤྱི་ལོ་20 མ་ལངས་ཚུན་ཐོངས་གསུམ་ཚུན་འཕྲོ་བཞུགས་ ཡུང་ཕོགས་(SAARC) རྒྱལ་ཁབ་ནང་སློབ་སྦྱོང་དུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་ལུ་ དུལ་ཕོགས་ཕྱི་ལུ་ཐོབ་ཅུང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ནང་ལོ་ངོ་1, ཕྱི་ལུ་ཐོབ་ཅུང་ལྷན་ལུ་བཟུ་ཆ་40 གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། སློབ་དུས་སྐབས་ ཁང་འབྲས་མ་གཏོགས་འབྲས་གཞན་མི་འཕྲོ་བཞུགས་ སློབ་སྦྱོང་ལམ་གསོ་འདྲི་ དུས་ཡུན་འདྲི་ སྤྱི་གཞི་གཞི་མཚུངས་སྤྱོད་བཟུགས་དགོ། **ཅུང་དེབ་13/11** ལོ་ངོ་2 ལས་ལྷན་མི་དང་དུས་ཡུན་འདྲི་ སྤྱི་གཞི་གཞི་མཚུངས་སྤྱོད་བཅི་ཅུང་ གཞི་གཞི་གཞི་མཚུངས་ཀྱི་སྤྱན་བཅོས་ལམ་གསོ་འདྲི་བཅི་མི་ཆོག། སྤྱན་བཅོས་ལམ་ལུ་གསུངས་ཀྱི་ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅུང་ཀྱི་དོན་ལུ་ཟླ་ངོ་12 ཚུན་འཕྲོ་བཞུགས་ འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ལམ་གསོ་ཡང་། ལོ་ཕྱེད་ཆོས་རྒྱུགས་། མོ་བཏང་ཆོས་རྒྱུགས་། མཐུད་མཐུག་ཆོས་རྒྱུགས་། དངོས་གཞི་ཆོས་རྒྱུགས་ཚུ་འདྲི་ལམ་གསོ་འོས་བསྐྱེད་ཐོབ་ལམ་ཡོད་ཅུང་ ཉེན་འབྲས་དང་འཛོལ་འབྲས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་མེད། སློབ་སྦྱོང་ལམ་གསོ་འོས་བསྐྱེད་ ལུ་གཞི་གཞི་སྤྱོད་བཟུགས་འབད་ཡོད་པའི་སྤྱན་བཅོས་ཐོབ་ཅུང་དགོ་ཅུང་ གཞི་གཞི་གཞི་མཚུངས་ཀྱི་སྤྱན་བཅོས་ གོ་གནས་འདྲི་སྤྱོད་བཟུགས་འབད་མི་ཆོག།

10.12 ། དམིགས་བསལ་ལམ་གསོ།

ཞི་གཞི་གཞི་ཅིག་ལུ་ དམིགས་བསལ་ལམ་གསོ་མཐོ་ཤོས་ཟླ་ངོ་20 ཚུན་འཕྲོ་བཞུགས་ དམིགས་བསལ་ལམ་གསོ་འདྲི་ཉེན་གངས་དང་པ་དང་མཐུག་གི་ཉེན་གངས་འདྲི་ལུ་གཞི་གཞི་ལམ་གསོ་ཕོག་ཅུང་ དམིགས་བསལ་ལམ་གསོ་འདྲི་ཉེན་གངས་སྤྱོད་བཅི་དགོ། 10.12.3 ། དམིགས་བསལ་ལམ་གསོ་འདྲི་འོས་ཚད་ཡང་11 ། ཉམས་ཚད་

[illegible]

70.73 } བྱ་སྤྱི་གངལ་གསོ།

ཀླ	བཀོད་བྱང་/མཁས་མཆོག་(༡-༣)	རྒྱལ་གཞུང་གི་གཤེགས་ལྷན་ཚོགས།
ལ	རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་གི་བཀོད་བྱང་/མཁས་མཆོག་(༢-༣)	རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་གི་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་རྒྱུ་ཡི།
གླ	བྱང་འཇིན་, བཤམས་ལག་ལེན་ བརྒྱུ།	ལས་སྡེ་དེ་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་རྒྱུ་ཡི།

༡༠.༡༤ ་ ངལ་གསེའི་དུལ་འབྱས།

སྟོན་ཁྱད་རིག་པ་ལུ་ དདུལ་ཕོགས་མིལ་བུམ་སྟོན་དགོ། ༼༡༠.༡༤.༡.༤༽ ངལ་གསེའི་ནང་ཨིན་མིའི་སྟོབ་སྟོན་པ་འབད་བ་ཅིན་ གཞི་རྟེན་དདུལ་ ཕོགས་གར་འགྲུལ་འབྲས་དང་ཉིན་འབྲས་ཡང་སྟོན་དགོ། ༼༡༠.༡༤.༡.༥༽ སྟོབ་སྟོན་ངལ་གསེའི་སྐབས་ལུ་ ངལ་གསོལ་ངམ་སྟེའོད་ན་ འབྲས་ཀྱི་ ཐོབ་དབང་ཡོད། ༼༡༠.༡༤.༡.༦༽ སྟོབ་སྟོན་ཁྱད་རིག་པ་གིས་ སྟོབ་ར་ངལ་གསོལ་མ་ལེན་པར་ཉིན་གངས་₃₀ ཡོད་ན་ངལ་གསེའི་འབྲས་སྟེའོན་ཆོག།

༡༠.༡༥༽ ངལ་གསེའི་འགྲུལ་འབྲས།

༡༠.༡༥.༡༽ ལོ་རེ་ནང་ཟླ་རིམ་གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས་དང་ འབྲས་མཉམ་སྟེ་སྟོན་དགོ། ༼༡༠.༡༥.༢༽ གཞུགས་ལག་འོག་མའི་སྟོབ་སྟོན་འདི་གཡོག་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་གང་རུང་ལུ་དང་ ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱུགས་གདམ་གྲུབ། གཡོག་ཐོག་གཞུགས་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་སྤྲོ་གོང་གི་གཞུགས་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་ མའི་སྟོབ་སྟོན་འབད་མི་ཚུ་ལུ་མ་གཏོགས་ གཞན་ཚུ་ལུ་འཐོབ། ༼༡༠.༡༥.༣༽ ཉམས་ཚེད་དུས་ཡུན་དང་ དམིགས་བསལ་ ངལ་གསེའི་སྐབས་ལུ་ འབྲས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༠.༡༦༽ ངལ་གསོལ་ཆ་མེད། དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་འདི་ལུ་ ངལ་གསོལ་ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་དབང་ཚད་ཡོད།

༡༠.༡༧༽ གནང་བ་མེད་པའི་ཆད། གནང་བ་མེད་པར་ཆད་སྟོན་མི་ཚུ་ངལ་གསོལ་སྟེ་བཟི་མི་ཆོག། ཐབས་མེད་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ ངལ་གསོལ་གནང་ ཆོག།

୧) ବଚନୀୟାଘୋଷ, ୨) ଧା ଦ୍ରୁପାଞ୍ଚମାସା ଋଷୁଷା ଲେଖକ।

༡༡.༥ ། དེའུ་ལོ་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ལྷན་དང་ཚད་གཞི།

ཙུའི་མས་ཆེན་མོ་དང་འབྲིལ་ ཞི་གཡོག་པའི་དབྱལ་པོགས། འཇུས། ཁེལ་ན་དང་གཞན་སྤྱུ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་གནང་མི་ལྟར། སྤྱི་གཡོག། གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ། ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ། ཞི་གཡོག་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ག་ར་ལུ་ དབྱལ་པོགས་འདྲི་ཁྱེ་མཁུག་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༤) དུལ་མོགས་གཏན་འབེབས། ཟུར་དེབ་༡༡ །། པ་ལྟར་མི་སྟོབས་དང་དུལ་ཕྱིས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ གཏན་འབེབས་འབད་དགོ་པ་ཡང་།
 ཉ༡༡.༤.༡) འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག། ཉ༡༡.༤.༢) གོ་གནས་ཡར་མང་། ཉ༡༡.༤.༣) གོ་གནས་མར་ཕབ། ཉ༡༡.༤.༤) སྐབས་གཡོག་
 ལས་ལོག་ལྗོད་པ་དང་། ཉ༡༡.༤.༥) དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ ལོག་ལྗོད་པ་དང་འབད་དགོ།

22.4 རྟེན་མཉམས། རྟེན་མཉམས་ཡང་དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་དོན་རྒྱུ་ལྟར་སྐབས་ དངུལ་མཉམས་ཚད་གཞིའི་མཐོ་ཤོས་ལས་བརྒལ་ཏེ་ དངུལ་མཉམས་ཁ་
སྐོང་ཐུན་ཚོགས།

༡༡.༩ ། དམིགས་བསལ་གྱི་དུལ་ཤོགས་ཡོངས་འབྲུས།

དགོན་པ་གསུམ་གྱི་ཡི་མཁའ་མཆོག་འཕྲུ་དབྱེ་ལོགས་ལ་སྒོ་དེ་སྒོ་དེ་གི་ལུ་གེ་དང་། གི་ལྷན་གྱིས་སྐབས་ལྷན་ཏེ་དབྱེ་ག་གཞུང་གིས་གནང་བ་དབྱེ་བ་དགོ་

११.१० } विषय

དེ་ཡང་། གྲྭ་པ་གོ་དགོང་མ་² པ་དང་བྱང་འཛིན་³ པ་དང་། དེའི་ཡན་ཆད་ལུ་ ཁལ་ཡངས་སྐྱུ་མ་འཁོར་གྱི་སྒོ་བ་སྐལ་ཡོད་པ་དང་ དེ་
ཡང་ལོ་² རེ་ལངས་ད་ཆར་རེ་འཕྲོ་བ། གྲྭ་པ་² གོ་དགོང་ས་ཁྲིའི་ཁེ་མན་ཡང་། དགོང་ས་ཁྲིའི་གསེལ་ར། སྤྲ་སོང་དགོང་ས་ཁྲིའི་ལས་འཆར། ཉེན་
བཅོལ་དང་གསེག་འཛོག་ལས་འཆར། སྒྲེར་སྤྱོད་སྒྲེལ་འབྲེན་ཚུ་ དགོང་ས་ཁྲིའི་ཁེ་མན་སྤྲོས་པ་ལམ་ཡོད། གྲྭ་པ་³ གཞུང་བྱིམ། གོ་གནས་དང་
འབྲེལ་བྱིམ་གྱི་སྒོ་བ་ལམ་ཡོད་མེ་ཚུ་ གཞུང་བྱིམ་སྤྱོད་ནི་དང་མ་སྒོ་བ་ན་ ཁང་འབྲས་སྤྱོད་དགོ་པ་དང་ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུར། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ།
ཟློང་² ལས་ལྷག་པའི་སྐབས་གཡོག་ནང་ཡིན་ན་ གཞུང་བྱིམ་འདི་སྤྱོད་མ་བཏོན་དགོ། གྲྭ་པ་⁴ གཞུང་གིས་བྱུགས་ཐག་གཅད་མི་ ཁེ་མན་
གཞན་ཚུ་ཡང་འཕྲོ་བ།

୨୨.୨୨ । ରସୁଷା ।

འཇུག་ཕྱི་ལཱ་། ༼༡༡.༡༡.༡.༡༽ ལྷ་མོ་བཀའ་བཞེད་མཐོ་གོ་འཇུག་། ༼༡༡.༡༡.༡.༢༽ དཔའ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཐེངས་གཅིག་། ༼༡༡.༡༡.༡.༣༽
དམིགས་བསལ་ཁྱད་རིག་གི་ དཀོན་འཇུག་། ༼༡༡.༡༡.༡.༤༽ ས་ཁ་མཐོ་ཚད་མིང་ ༡༠,༠༠༠ ཡན་ཆད་ལུ་ མཐོ་འཇུག་། ༼༡༡.༡༡.༡.༥༽ དཀའ་
ངལ་ཅན་གྱི་ས་གོའི་ དཀའ་འཇུག་། ༼༡༡.༡༡.༡.༦༽ གཞུང་གིས་ངོས་འཛིན་གྲུབ་པའི་དམིགས་བསལ་ འོད་ཤུགས་ཀྱི་འཇུག་། ༼༡༡.༡༡.༡.༧༽

༩༽ བཅའ་ཡིག་ཡེ་ཤུ་ ༡༢ པ། ལྷ་ལུལ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས། མཆོག་གྲུང་འཛིན་སྐྱོང་།

༡༢.༡༽ གྲུབ་ཁུངས།

ཁྱད་རིག་། ལྷོགས་གྲུབ། གཞེངས་ཐོན། གྲུབ་འབྲས། སེམས་ལུགས། ལྷ་གཡོག་གི་མདུན་ལམ། འགན་འཁུ། རིམ་སྒྲིག་ཚ་བརྟན་བཟོ་ནི་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་དང་། གྲུབ་འབྲས་ཚན་གྱི་ལྷ་ལུལ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ གཞི་བཙུགས་འབདཝ་ཡིན།

༡༢.༢༽ སྐྱིར་བཏང་ལམ་ལུགས།

༡༢.༢.༡༽ ལོ་བསྟར་ལྷ་ལུལ་གྱི་དམིགས་གཏང་བཙུམ་དགོས་དང་། ཏུས་མཆོམས་གྱི་བསྐྱར་ཞིབ་ འབད་དགོ། ། ༡༢.༢.༢༽ འདས་ལེའི་ལྷ་ལུལ་དམིགས་གཏང་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ནི་དང་། ལྷ་ལེའི་དམིགས་གཏང་ཚུ་བཙུམ་ དགོ། ། ༡༢.༢.༣༽ ལོ་བསྟར་ལྷ་ལུལ་གྱི་དམིགས་གཏང་ཚུ་ རང་སེའི་ལས་འཆར་(IWP)ནང་བཙུགས་དགོས། ། ༡༢.༢.༤༽ འཛིན་སྐྱོང་གི་ཁ་བྱག་ལས་ ལྷ་ལུལ་གྲུབ་འབྲས་ཡར་དྲག་གི་དོན་ལུ་ སློབ་སྟོན། བསྐབ་སྟོན། སྐྱོང་བཟུང་། ལམ་སྟོན་ཚུ་འབད་དགོ། ། ༡༢.༢.༥༽ ཞི་ལྷན་དང་རང་སེའི་ལས་སྟེའི་མི་སྟོབས་སྟེ་ཚན་གྱིས་ ཁྱད་རིག་གི་གྲུབ་སྐྱོར་བྱིན་དགོ། ། ༡༢.༢.༦༽ སུན་ལུས་ཚན་གྱི་ལྷ་ལུལ་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་དགོས་པའི་ སྐྱོང་བཟུང་ཚུ་བྱིན་དགོ། ། ༡༢.༢.༧༽ ལྷ་ལུལ་ལམ་ལུགས་བརྟག་ཞིབ་དང་བསྐྱར་ཞིབ་འདི་ཡང་ ལོ་ངོ་ ༣ དང་༥ གི་བར་ན་འབད་དགོ། ། ༡༢.༢.༨༽ མཆོག་གྲུང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐོར་ལས་ གོམས་གཤིས་ཚུ་དགོས་དང་ གོམས་འདྲིས་ལས་རིམ་ཚུ་བྱིན་དགོ། ། ༡༢.༢.༩༽ ལོ་བསྟར་གྱི་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་འདི་ལུ་དགོ། ། ༡༢.༢.༡༠༽ ལེགས་བཅོས་གྱི་དོན་ལུ་གོ་སྐབས་བཟོ་དགོས་དང་ བསམ་ལན་དང་སློབ་སྟོན་ཚུ་བྱིན་དགོ། ། ༡༢.༢.༡༡༽ ལོ་བསྟར་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་ཡང་། སློབ་གྲྭའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་ ༡༢ པ་ཚུ་ན་དང་། གཞན་ཚུ་སྤྱི་ཟླ་ ༢ པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་ ༤ པ་ཚུ་ན་ཡིན། ། ༡༢.༢.༡༢༽ ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་ཚད་འདི་བཟོ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་བཙུགས་དགོ། ། ༡༢.༢.༡༣༽ ལས་གཡོག་པ་འདི་ ལྷ་རྟོག་པ་གསར་པ་ཅིག་གི་འོག་ གནས་སེར་བཏང་ཆོ་ ཏུས་ལུན་ག་དེམ་ཅིག་ཡིན་ཅུང་ ལྷ་རྟོག་གསར་པ་གིས་ཉེ་མའི་ལྷ་རྟོག་པ་དང་ དེའི་ལས་སྟེའི་ནང་ བཙུམས་ཡོད་པའི་ལས་སྟོན་དང་ དམིགས་གཏང་གྲུར་ ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་ཚད་བྱིན་དགོ། ། ༡༢.༢.༡༤༽ གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། ། ༡༢.༢.༡༥༽ སྐབས་གཡོག་དང་ལུན་རིང་སློབ་སྐྱོང་པ་ལུ་ ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་འདི་ “འབྲིང་” ནང་བྱིན་དགོས་དང་ སྟེ་རིམ་གཞན་ནང་ཡང་བཀལ་ཆོག། ། ༡༢.༢.༡༦༽ གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་འབྲེལ་བའི་བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་ཚན་ཚུ་ ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་ཚད་དང་མ་འབྲེལ་བར་ ཉེས་བྱ་འདི་འབག་དགོ། ། ༡༢.༢.༡༧༽ ཉམས་ཚད་ཏུས་ཚད་གྱི་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་ཞིབ་འདི་ ཕྱིས་ལོ་(ཟླ་ ༡ ལས་) ༡༢ ཚུ་ན་དང་འབྲེལ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀང་དགོས་དང་ མཆོག་གྲུང་འཛིན་སྐྱོང་རིམ་ལུགས་ནང་ ལོ་དེའི་ཟླ་ ༡ པ་ལས་ལྷ་ལེའི་ཟླ་ ༤ པ་ཚུ་ན་གྱི་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་འདི་བཙུགས་དགོ།

༡༢.༣༽ ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་ཚད་གྱི་དབྱེ་དཔྱད་དང་ལྷ་འགན།

༡༢.༣.༡༽ ལས་སྟེ། ལས་ཁུངས། སྟེ་ཚན་དང་ལས་ཚན་འགོ་འཛིན་གྱི་ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་དང་ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་ཚད། འགོ་འཛིན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་འདི་ མཆོག་གྲུང་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འབྲེལ་ ལས་སྟེའི་ལྷ་ལུལ་བསྐྱར་ཞིབ་གྱི་ སྐྱུགས་འདི་ ལས་ཚབ་དབྱེ་ཞིབ་སྟེ་བྱིན་དགོ། ། ༡༢.༣.༢༽ ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་། ལྷ་སྐྱོར་སྟེ་རིམ་གྱི་ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་དང་ལྷ་ལུལ་སྐྱུགས་ཚད། ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྟེ་རིམ་གྱི་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔྱད་གྱི་དོན་ལུ་ རང་སེའི་ལས་འཆར་དང་ལྷོགས་གྲུབ་བརྟག་དཔྱད་འབྲི་ཤོག་༡༢/༡ པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ལྷ་རྟོག་པ་གིས་སྟོན་འགྲོའི་

སྐྱགས་ཐེན་ནི་དང་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དཔུང་གི་སྐྱགས་མེན་པར་ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡིན། ལྷ་སྐྱོར་སྤེ་རིམ་གྱི་ལྷ་ལུ་
དབྱེད་པུང་གི་དོན་ལུ་ རང་སེའི་ལས་འཆར་དང་ལྷོགས་གྲུབ་བརྟག་དཔུང་**འབྲིཤག་༡༢/༢** པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ལྷ་རྟོག་པ་གིས་སྤོན་འབྲེའི་སྐྱགས་
ཐེན་ནི་དང་། སྐྱགས་འདི་མཐའ་དཔུང་གི་སྐྱགས་མེན་པར་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡིན།

༼༡༢.༥.༢.༡༽ སྤོན་འབྲེའི་ ལྷ་ལུ་དབྱེད་པུང་། ལྷ་ལུ་དབྱེད་པུང་གི་འབྲིཤག་གྲུབ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལྷ་རྟོག་པ་གིས་སྤོན་འབྲེའི་སྐྱགས་ཐེན་དགོང་
དང་ སྐྱགས་འདི་མཐའ་དཔུང་གི་སྐྱགས་མེན།

༼༡༢.༥.༢.༢༽ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན། མཆོག་གྲུབ་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དབང་དང་འབྲིལ་ཏེ་ ཚོད་བརྟག་ཚོགས་རྒྱུང་ཅིག་གཞི་བཙུགས་འབད་ཐོག་ ཚོད་
བརྟག་དབྱེའི་བའབད་ནི་དང་ དེ་ཡང་ལས་སྤེའི་ལོ་བསྐར་ལྷ་ལུ་གི་སྐྱགས་ཚད་ཡོངས་བསྟོམས་གྲུབ་ གཞི་བཞག་པའི་ལས་སྤེ་ཚུ་དབྱེ་བའི་གཞི་བཞོད་
ཐོག་ལས་ ཐག་བརྟགས་ཡོད་པའི་ཚོད་བརྟག་གི་དོན་ལུ་ ལས་སྤེའི་ལས་གཡོག་པ་བཞོ་བཟུམ་གྱི་བརྒྱུ་ཆ་དང་འབྲིལ་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་མཆོག་
གྲུབ་(༣.༠༠-༥.༠༠) རབ་(༢.༠༠-༢.༩༩) འབྲིང་(༡.༠༠-༡.༩༩) ཐམ་(༠.༠༠-༠.༩༩)སྟེ་ དབྱེའོད་པའི་དབྱེའོག་བཞི་ནང་ བཙུགས་
དགོང་དང་། དེ་བཟུམ་བཙུགས་པའི་མོད་ཚོད་འདི་ ལས་གཡོག་པའི་ཚོད་བརྟག་གྲུབ་འབྲས་མཐའ་དཔུང་སྤེ་ཅིན་ཡིན།

༼༡༢.༥.༣༽ **ཚོད་བརྟག་འབད་མ་དགོ་པའི་ལས་སྤེ་** ༼མཆོག་གྲུབ་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དབང་**བཟུར་དེབ་ཀམ་**༽ ཚུ་ལྷ་རྟོག་པ་གིས་སྐྱགས་ཐེན་ཡོད་མི་འདི་
མཐའ་དཔུང་སྤེ་ཡིན་དགོ།

༼༡༢.༥.༤༽ ལས་སྤེ་གཉིས་གྱི་བར་ན་ལྷ་ལུ་སྐྱགས་ཚད་འདི་ འབྲན་འབྲེའོད་ན་ཀྱུན་གཏོགས་འབྲན་བསྐར་དང་ གཟེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་
གི་དོན་ལུ་ ལྷ་རྟོག་པ་གིས་ཐག་གཅད་དགོ།

༼༡༢.༥.༥༽ ལག་ལེན་སྤེ་རིམ་གྱི་གཡོག་པ་ཚུ་ལྷ་ལུ་འདི་ **འབྲིཤག་༡༢/༣** པ་དང་འབྲིལ་ ལྷོགས་གྲུབ་གཙོ་བོ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་
དབྱེད་པུང་འབད་དགོ།

༡༢.༦༽ **ཁྱད་འཛིན་, པ་(འཛིན་སྐྱོང་) གི་དོན་ལུ་འགོ་བྱེད་པའི་བསམ་ལན།**

༡༢.༦.༡༽ ཁྱད་འཛིན་, པ་ཀ་དང་ དེའི་ཡན་ཆད་འཛིན་སྐྱོང་པའི་བསམ་ལན་འདི་ དེས་པར་དུ་འོང་དགོང་དང་། འགོ་བྱེད་པའི་བསམ་ལན་གྱི་
སྐྱགས་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ཆེན་དང་ འགོ་བྱེད་པའི་བསམ་ལན་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་དང་ལྷ་རྟོག་པ་ལུ་སྤྲུབ་དགོ་རུང་
གསང་བ་སྤེ་བཞག་དགོ། ༼༡༢.༦.༢༽ ལས་སྤེའི་མི་སྟོབས་སྤེ་ཚུ་གིས་ དབྱེད་པུང་འཁོར་རིམ་མཇུག་བསྐར་བའི་ཆེས་གངས་ལས་ ལྷོ་རྩ་ གྱི་ནང་
འཁོར་ འགོ་བྱེད་པའི་བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་བསྐར་སྤྱོད་འདི་ ཞི་གཡོག་ལྷ་རྟོག་པ་ལུ་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་དགོ། ༼༡༢.༦.༣༽ ཡོངས་འབྲེལ་
ཐོག་ འགོ་བྱེད་པའི་བསམ་ལན་ཐེན་ནིའི་ལམ་ལུགས་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན།

༼༡༢.༦.༣.༡༽ ལྷ་ལུ་ཁག།

ཨང་།	བསམ་ལན་བྱེད་མི།	བསམ་ལན་ལེན་མི།
༡.	དྲུང་ཆེན།	ཡོངས་ཁྱབ་དྲུང་ཆེན་/མདོ་ཆེན་ཚུ།
༢.	ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་/མདོ་ཆེན།	དྲུང་ཆེན། ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་/མདོ་ཆེན་དང་། དེ་རའི་ལས་ཁྱུངས་རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་འོག་ལུ་ ཡོད་པའི་སྤེ་ཚུ་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༣.	སྤེ་ཚུ་གཙོ་འཛིན།	ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་དང་། དེ་རའི་ལས་ཁྱུངས་རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་སྤེ་ཚུ་གཙོ་ འཛིན་ཚུ།

༧.	ལྷ་སྦྱོར་ཡུལ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་༧ པ། ལྷ་འཛིན་ཡུལ་ལས་། པ། (མཁམས་མཆོག་།) མཁམས་མཆོག་༣ པ་ལས་། པ་ཚུན་གྱི་ཞི་གཤམ་པ།	ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་ཁོང་འཕྲི་ལས་ཁྱེད་མདོ་ཆེན་རྒྱུང་མ་གཅིག་། དེ་རེ་སྤེལ་ཆེན་གྱི་གཙོ་འཛིན་རྒྱུང་མ་གཅིག་།
----	---	---

༼ ༡༢.༤.༣.༢ ༽ རྫོང་ལག་།

ལང་།	བསམ་ལན་ལྟེན་མི།	བསམ་ལན་ལྟེན་མི།
༡.	རྫོང་བདག་།	རྫོང་རབ། རྩུང་པ་དང་ལས་ཆེན་འགོ་འཛིན་ཚུ།
༢.	རྫོང་རབ། རྩུང་པ་དང་ལས་ཆེན་འགོ་འཛིན་།	རྫོང་བདག་། རྫོང་རབ། རྩུང་པ་དང་ལས་ཆེན་འགོ་འཛིན་ཚུ།
༣.	ལྷ་སྦྱོར་ཡུལ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་༧ པ། ལྷ་འཛིན་ཡུལ་ལས་། པ། (མཁམས་མཆོག་།) མཁམས་མཆོག་༣ པ་ལས་། པ་ཚུན་གྱི་ཞི་གཤམ་པ།	རྫོང་བདག་། རྫོང་རབ། རྩུང་པ་དང་ལས་ཆེན་འགོ་འཛིན་། (ལྷ་འཛིན་༡༥/༢ པ།)

༼ ༡༢.༤.༣.༣ ༽ རང་སྦྱོང་ལས་སྤྱེ།

ལང་།	བསམ་ལན་ལྟེན་མི།	བསམ་ལན་ལྟེན་མི།
༡.	ལས་སྤྱེའི་འགོ་འཛིན་།	སྤྱེ་ཆེན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༢.	སྤྱེ་ཆེན་གཙོ་འཛིན་།	ལས་སྤྱེའི་འགོ་འཛིན་། སྤྱེ་ཆེན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༣.	ལྷ་སྦྱོར་ཡུལ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་༧ པ། ལྷ་འཛིན་ཡུལ་ལས་། པ། (མཁམས་མཆོག་།) མཁམས་མཆོག་༣ པ་ལས་། པ་ཚུན་གྱི་ཞི་གཤམ་པ།	ལས་སྤྱེའི་འགོ་འཛིན་། སྤྱེ་ཆེན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།

༡༢.༡ ༽ ལྷ་ལྷུ་དབྱེད་ལྷ་སྦྱོང་ཆོད་ཀྱི་ལག་ལེན་།

ལྷ་ལྷུ་དབྱེད་ལྷ་སྦྱོང་ཆོད་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་ཚུ་ཡང་། གསོལ་ར། གོ་གནས་ཡར་སེང་། དགོས་མཁོ་ངོས་འཛིན་། ལྷ་སྦྱོང་གྲུབ་དབྱེད་ཞིག་གནས་སེང་དང་ལྷ་གཤམ་གཏན་འབེབས། ལྷ་ལྷུ་སྦྱོང་གསལ་ཅན་གྱི་མེ་ངོས་འཛིན་ཚུ་འབད་དགོ།

༡༢.༢ ༽ ལྷ་ལྷུ་སྦྱོང་གསལ་གྱི་འཛིན་སྦྱོང་།

ལྷ་ལྷུ་སྦྱོང་གསལ་གྱི་འཛིན་སྦྱོང་ཡང་། སྦྱོང་བརྟེན་ལྟེན་ལེ། བསྐྱབ་སྦྱོན་དང་སྦྱོབ་སྦྱོན་ཐོག་ལས་རྒྱུ་སྦྱོར་ལྟེན་ལེ། འགན་ཁུར་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ལེ། ལྷ་གོ་གནས་སྦྱངས་ལེགས་བཅོས་འབད་ལེ། གནས་སེང་གཏང་ནི་དང་འགན་ཁུར་སེང་ལེ། སྤྱི་གཞིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཚུ་ཡིན།

༡༢.༣ ༽ ལས་སྤྱེའི་མི་སྦྱོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་ལྷ་འགན་།

མི་སྦྱོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་ལྷ་འགན་ཡང་། ༼ ༡༢.༣.༡ ༽ རང་སེའི་ལས་འཆར་འདི་དུས་ཐོག་ལུ་བཅོས་སྤྱོད་མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྦྱོང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་བཅུགས་དགོ། ༼ ༡༢.༣.༢ ༽ རྩུང་པ་དང་འབྲེལ་མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྦྱོང་གི་དབྱེད་ལྷུ་ཚོད་བརྟེན་ལག་ལེན་འགོ་འཛིན་འཐབ་ཡོད་པ་ངོས་བརྟེན་བཅོས་དགོ། ༼ ༡༢.༣.༣ ༽ གོས་བསྐྱར་དང་གྲུབ་འབྲས་འདི་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཡིག་ཐོག་བཀོད་ཡོད་པ་ངོས་བརྟེན་བཅོས་དགོ། ༼ ༡༢.༣.༤ ༽ ཡོངས་འབྲེལ་ནང་དུས་ཐོག་གི་ཚོད་བརྟེན་ལག་ལེན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དུས་མཐུན་འབད་ཡོད་པ་ངོས་བརྟེན་བཅོས་དགོ། ༼ ༡༢.༣.༥ ༽ ལྷ་

རྟོག་པ་དང་ལས་གཡོག་པ་གི་བར་ན་ ལཱ་ཤུལ་གྱི་བསམ་ལན་དང་ ལྷ་རྟོག་གི་ཕན་ཐབས་འབད་དགོ། ༼༡༢.༩.༩༽ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལས་མཐོ་གཏུགས་གང་རུང་ཡོད་ན་ ཕན་ཐབས་འབད་དགོ།

༡༢.༡༡༽ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱུར་འབྲས་གྱུར་མཐོ་གཏུགས།

གལ་སྲིད་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ ཚོད་བརྟག་ཚོགས་ཚུང་གི་གོས་ཚོད་འདི་ལཱ་ ཁེ་རྒྱུད་མ་བདུབ་པ་ཅིན་ ཚོད་བརྟག་གྱུར་འབྲས་གསལ་སྟོན་འབད་བའི་ཆེས་
གངས་ལས་ ཉིན་གངས་^{༡༠} གྱི་ནང་འཁོད་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་ མཐོ་གཏུགས་འབད་དགོ། མཐོ་གཏུགས་ཀྱི་རིམ་པ་གཞན་ཚུ་མཆོག་གྱུར་འཛིན་
སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡༠ ། བཅའ་ཡིག་ལེའུ་༡༣ པ་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།

༡༣.༣ ། གོ་གནས་ཡུར་སེང་དབྱེ་ལྟ་ཡང་།

༼ ༡༣.༣.༡ ༽ ཀུན་གཏོགས་འབྲུན་བསྐྱར་གྱི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་། ༼ ༡༣.༣.༢ ༽ རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ནང་འཁོད་གྱི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།
 ༼ ༡༣.༣.༣ ༽ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་། ༼ ༡༣.༣.༤ ༽ མཚོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡུར་སེང་། ༼ ༡༣.༣.༥ ༽ གཟེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།

༡༣.༤ ། ལས་སྡེ་འོ་དབང་ཚད་།

ལས་སྡེ་ལུ་ གཤམ་གསལ་གཤེག་གནས་གྱི་ས་སྟོང་བཀའ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཤེག་པའི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་གི་དབང་ཚད་གནང་དགོ།

གོ་གནས་གྱི་དབྱེ་ལྟ་	གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ནང་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།	གོ་གནས་ཡུར་སེང་གི་དབང་ཚད་།				
		ཀུན་གཏོགས་འབྲུན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།	རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ནང་འཁོད་གྱི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།	མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།	གཟེངས་ཐོན་གྱི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།	མཚོགས་འགྲོས་གྱི་གོ་གནས་ཡུར་སེང་།
བོད་ཁྱབ་	བོད་ཁྱབ་ ༡ པ་	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
	བོད་ཁྱབ་ ༢ པ་	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
	བོད་ཁྱབ་ ༣ པ་	ཞི་ལྷན་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག
མཁས་མཆོག་	མཁས་མཆོག་ ༡ པ་	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	མི་འཇུག	མི་འཇུག
	མཁས་མཆོག་ ༢ པ་ལས་ ༣ པ་ཚུན།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག
ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་།	ཁྱད་འཛིན་ ༡ པའི་འཛིན་སྐྱོང་།	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག
	ཁྱད་འཛིན་ ༡ པའི་མཁས་མཆོག་	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག
	ཁྱད་འཛིན་ ༤ པ་ལས་ ༢ པ་ཚུན།	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོད་ཁག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོད་ཁག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
ལྷ་བོད་དང་རྒྱུ་བསྐྱར་།	ལྷ་སྐྱོར་ལས་ལས་ལྷ་བོད་ལོང་མ་ ༡ པ་ཚུན།	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོད་ཁག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོད་ཁག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
ལག་ལེན།	ལག་ལེན་ ༤ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོད་ཁག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོད་ཁག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།

၇၃.၄ } လာအကွက်

ཕྱིར་བཏང་ཕུ་གོ་གནས་ཡང་མེད་འབད་ནི་འདི་ སྤྱི་ཁྱེད་, པའི་ཆོས་, ཡང་ན་ སྤྱི་ཁྱེད་, པའི་ཆོས་, ལས་འགོ་བརྒྱུགས་ཏེ་གནང་དགོ།

ལས་འཆར།

[illegible]

༡༣.༦ སྤྱིར་བཏང་གི་ཚད་གཞི།

[illegible]

ཉམ་ཆ་༡ འབྲེལ་ཡོད་ཆ་གནས་ཚུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ལྟར་ དགོ། ཉམ་ཆ་༢ ལེགས་བཅོས་དགོས་ཐོན་ན་ ལོང་གཅིག་འབྲེལ་བྱས་ཀྱི་དགོ།
 ཉམ་ཆ་༣ ལོང་གསུམ་ལེགས་བཅོས་དགོས་ཐོན་ན་ ཐབས་མཉམ་དགོངས་ཁྱ་གཏང་དགོ། ཉམ་ཆ་༤ སྤྱོད་བཟང་རིགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་སློབ་
 ལལ་གསོ་ཟླ་ངོ་༡༥ ཚུ་མཆོད་ གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་དོན་ལུ་ སྤྱིག་གཡོག་ངོ་མཉམ་གངས་ལུ་བཅི་དགོ་རུང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཆ་དེ་ཀྱི་དོན་ལུ་
 བཅི་མི་ཆོག་། ཉམ་ཆ་༥ ཟུར་དེབ་༡༣༧ པའི་ཞིག་ཡོགས་ཆུ་ སློབ་སློབ་གི་དུས་ལུ་ན་ཉི་ལུ་མ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་དོན་ལུ་ སྤྱིག་གཡོག་
 ངོ་མ་སྤེལ་བཅི་དགོས་དང་ དེ་ཡང་སློབ་སློབ་གི་དུས་ལུ་ན་འདི་ལོ་ངོ་༢ ལས་ལྷག་མི་དང་ ཟུར་དེབ་ནང་གི་གནས་ཆོག་ཆུ་ཆོང་དགོ། ཉམ་ཆ་༦ ཟླ་ངོ་
 ༤ གི་སྤྱི་མཉམ་ལེ་ལལ་གསོ་འདི་ སྤྱིག་གཡོག་ངོ་མ་སྤེལ་བཅི་དགོ། ཉམ་ཆ་༧ དམིགས་བསལ་ལལ་གསོ་མ་བཅིས་པར་ ཟླ་ངོ་༣ རིང་གི་ལལ་གསོ་

སྐབས་ཅིག་ཁར་ལེན་མི་འདི་ སྤྲིག་གཡོག་དོ་མའི་གྲངས་སུ་བཅིང་གོ། གྲྭ་༡༣.༤.༡༥༽ ཟླ་འོ་ལས་ལྷག་པའི་སྤྲོན་བཅོས་ངལ་གསོ། དམིགས་བསལ་
 ངལ་གསོ། ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་ངལ་གསོ་ནང་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་འོས་འབབ་མེད་པ་དང་ སྤྲོ་བསྐྱེད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཡིག་ཆ་དང་ལུ་འོ་ཡོད་
 བཅིས་ཏེ་ བྱིན་ནི་འོས་འབབ་ཡོད། གྲྭ་༡༣.༤.༡༦༽ གོ་གནས་ཡར་སེང་ཐེངས་གཅིག་ཡང་མ་འཐོབ་མི་ལུ་ མཐུགས་འགྲོས། གཞེངས་ཐོན། ཀུན་
 གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ཐོབ་ལམ་མེད། གྲྭ་༡༣.༤.༡༧༽ གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་ མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གནང་དགོ།
 གྲྭ་༡༣.༤.༡༨༽ གནང་བ་གྲུབ་ཆར་ཞིན་མ་ལས་བཀའ་བྱ་ནང་ དོན་ཆེན་ཆང་དགོཔ་ཚུ་ཡང་། མིང་དང་ཞིག་ཡོག་དོ་རྟགས་ཡང་། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་
 གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ། ཆ་འཛིག་གི་ཆོས་གྲངས། གཡོག་གནས་ཚུ་བཀོད་དགོ། གྲྭ་༡༣.༤.༡༩༽ ལས་སྤེའི་རྒྱབ་སྟོན་འདི་ ཞིག་ཡོག་ལྷན་
 ཆོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ། གྲྭ་༡༣.༤.༢༠༽ ཞིག་ཡོག་པའི་ལྷན་གྲུབ། ལུ་ལྷལ། ཐང་མ་ཆོག། དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་ཚུ་མ་བལྟ་བར་ གོ་གནས་ཡར་སེང་
 འབད་མི་ཆོག།

༡༣.༢༽ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཐོག་ལས་གོ་གནས་ཡར་སེང་། ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་ཡང་།

གྲྭ་༡༣.༢.༡༽ ལས་སྤེའི་གིས་གཡོག་གིས་སྤྱོད་ཐོན་མ་དང་ རྒྱབ་བསྐྱེད་འབད་དགོཔ་དང་ མིང་མ་ཚུ་ ལུ་ རྒྱ་ཡིག་བཅུགས་ནི་འདི་དུས་ཡུན་བདུན་ཕྲག་
 གཉིས་བྱིན་དགོ།

གྲྭ་༡༣.༢.༢༽ རྒྱ་འཛིན་༡ པའི་སྤྱོད་འདི་ ལས་གཡོག་པའི་བཀོད་རིས་ལྷན་གསལ་བསྐྱེད་འབད་དགོ།

གྲྭ་༡༣.༢.༣༽ གཡོག་གིས་སྤྱོད་གསལ་བསྐྱེད་ནང་ཆང་དགོཔ་ཚུ་ཡང་། གྲྭ་༡༣༽ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་། གནས་རིམ། སྤྱི་གཡོག་སྤྲིག་བཀོད། གྲྭ་༡༣༽
 འབྲེལ་ཡོད་ཤེས་ཡོན་འབྲེལ། རིག་རྒྱལ། ལྷན་གྲུབ། གྲྭ་༡༣༽ ཉམས་སྤྱོད། གྲྭ་༡༣༽ གཡོག་གནས། གྲྭ་༡༣༽ ཡིག་ཆ། གྲྭ་༡༣༽ རྒྱ་ཡིག་བཅུགས་
 ཆོས། གྲྭ་༡༣༽ འབྲེལ་ཡང་དང་ སྤྲིག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ཚུ་བཅུགས་དགོ།

གྲྭ་༡༣.༢.༤༽ འོས་ཆང་ཡང་། གྲྭ་༡༣༽ ཉམས་སྤེའི་ཤེས་ཡོན། གྲྭ་༡༣༽ གོ་གནས་འབྲེལ་ཉམས་དང་ གནས་རིམ་གཅིག་གི་དམའ་མི་ཚུ་ ཉམས་ཤོས་ལོ་
 རྒྱ་ཡིག་གཡོག་ཆང་དགོཔ། གྲྭ་༡༣༽ མཐོ་བའི་གོ་གནས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ཉམས་ཤོས་ལོ་རྒྱ་ཡིག་གཡོག་ཆང་དགོཔ། གྲྭ་༡༣༽ འཛུལ་
 རྒྱགས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་མེན་མི། གྲྭ་༡༣༽ ཞིག་ཡོག་ཆོས་རྒྱུགས་ཐོག་ གནས་འབྲུག་བྱུང་ཏེ་ གོ་གནས་ཡར་སེང་ཐེངས་གཅིག་ལེན་མི།
 གྲྭ་༡༣༽ **རྒྱ་འཛིན་༢/༡༡**པ་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་གཡོག་སྤྲིག་བཀོད་གཅིག་ནང་ཡོན་མི། གྲྭ་༡༣༽ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་དུས་ཡུན་དང་ མཉམ་པའི་ཕྱག་ལུ་
 མི། གྲྭ་༡༣༽ སྤྲོན་མེད་པ་ཐོན་མི། གྲྭ་༡༣༽ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་། ལྷན་གཡོག། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ། སྤྲོན་བཅོས་ངལ་གསོ་འདི་ནང་མེན་མི།
 གྲྭ་༡༣༽ འདས་པའི་ལོ་༢ གི་ལུ་ལྷལ་གྱི་སྤྲིག་ཆང་ “འབྲིང་” ཡན་ཆང་འཐོབ་མི། གྲྭ་༡༣༽ དམིགས་བསལ་ཁྱད་རིག་པ་དང་ རིག་རྒྱལ་ཅན་ཚུ་
 བསྐྱར་ཐབས་བསྐྱིག་དགོཔ་ཚུ་ཡོན།

གྲྭ་༡༣.༢.༥༽ ཉེ་མ་ལས་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་འདི་ ལོག་སྤྲོ་གཏོགས་ན་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག།

གྲྭ་༡༣.༢.༦༽ རྒྱ་ཡིག་དང་ རྒྱ་ཡོན་ཐོ།

གྲྭ་༡༣.༢.༧༽ ཡིག་ཆ་འཐོབ་བཅུགས་དགོཔ་ཡང་། སྤྱོད་རིག་སྤྲིག་ཤོག་གི་འབྲེལ་ སྤྱོད་བཟུང་ལག་ཁྱེར་གྱི་འབྲེལ་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱ་ཡིག་གི་ལུ་
 སྤྲིག་ཆང་དཔྱད་དཔྱད་འབྲི་ཤོག། དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་འདི་རིགས་ཆང་དགོ།

གྲྭ་༡༣.༢.༨༽ མིང་མ་ཕྱི་སེལ་ཡང་། ཆང་གི་ཐག་གཅིག་ ཡིག་ཆ་བདེན་དཔྱད། འོས་ཆང་ཅན་གྱི་ཕྱི་སེལ། འབྲེལ་ཡོད་འོས་ལཱ་ལུ་གོ་སྐབས།
 གནས་འབྲུག་སྤྱོད་མི་ཚུ་ལུ་བཟུང་ལན། མིང་མ་མེད་མི་དང་གཅིག་ལས་མེད་ན་ བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ཡར་འགྲུང་དགོ། མིང་མ་ལུ་ཡིད་ཆེས་མ་

འདྲིངས་ན་ ཆོས་གྲངས་པར་འབྱུང་འབད་དགོ། དུས་ཡུན་པར་འབྱུང་འབད་རུང་མི་ངོམ་གཅིག་ལས་མེད་རུང་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་འཕྲོ་མཐུད་འབད་
དགོ། ཆོས་གྲངས་པར་འབྱུང་འབད་རུང་ མ་འོངས་པ་ཅིན་ངོ་ཚབ་ཅིག་བསྐོ་བཞག་འབད་དེ་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ།

༼༡༣.༢.༩༽ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་འདི་ ༼༡༣.༢.༩.༡༽ འོས་འབབ་དང་དྲང་བདེན་གྱི་ཐོག་ལས་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་བསྐར་སྤྱོད་འབད་དགོཔ་
ཡང་། ༼༡༧༽ གདམ་འཐུ་ཚུགས་ཚུང་གི་འཐུས་མི་ལྟ་ འོང་དགོཔ་དང་། རྩ་འཛིན་, པའི་འདི་ ཞི་ལྷན་ལས་ངོ་ཚབ་ཅིག་དགོ། ༼༢༥༽ གདམ་
འཐུའི་ཚུགས་ཚུང་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གསལ་བཤད་འབད་དགོ། ༼༣༧༽ བཀའ་གསུགས་ཚད་ གཏན་འབབས་འབད་དགོ། ༼༤༥༽ དཔུ་སྟོན་གྱི་
སྐྱེལ་འདི་ མཐའ་དཔུད་གྱི་སྐྱེལ་སྟེ་བཅི་དགོ། ༼༥༣༽ **འབྲི་ཤོག་༡༣/༡** པ་དང་འབྲིལ་ དི་བ་དིས་ལན་གྱི་ཆོས་རྒྱུགས་གྱུ་ རྫོང་ཁ་དང་ཡིང་ལིལ་
གཉིས་ཆ་རའི་འབྲི་རྒྱུགས་འབད་དགོ། ༼༦༥༽ དི་བ་དིས་ལན་འདི་རྫོང་ཁ་དང་ ཡིང་སྐད་བྱང་འབྲེལ་འོང་དགོ། ༼༧༥༽ གདམ་འཐུའི་ཚུགས་ཚུང་གི་
འཐུས་མི་འདི་ ཁེ་ཕན་ལྷན་སྤྱོད་མེད་མི་ཅིག་དགོ། ༼༨༥༽ གྲུབ་འབྲས་བསྐྱེད་འབད་ཡོད་མི་གྱུ་ མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ། ༼༩༥༽ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་
ཆ་ཚུ་བདུན་པ་ལྷག་གཅིག་གི་སྟོང་ལས་ བད་སྤྱོད་འབད་དགོ། ༼༡༠༥༽ གདམ་འཐུའི་འབྲི་ཤོག་ནང་གི་སྟོན་ཚད་ཅན་གྱི་དོན་ཚན་ཡང་།
༼༡༡༽ རྫོང་གསེབ་ཀྱི་ལྷ་གཡོག་ལུ་མྱིང་ཆད་བརྒྱ་ཆ་༥ ། ༼༡༢༽ ལྷ་གཡོག་གི་རྟན་རིམ་ལུ་མྱིང་ཆད་བརྒྱ་ཆ་༥ ། ༼༡༣༽ ལྷ་ལྷུང་སྐྱེལ་ཆད་གྱི་
མྱིང་ཆད་བརྒྱ་ཆ་༥༠ ། ༼༡༤༽ རིས་ལན་ལས་རོགས་པ་གིས་ གྲུབ་འབྲས་བསྐྱེད་འབད་དགོ།

༼༡༥༽ གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་ཡང་། ༼༡༦༽ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་མཐུག་བསྐྱེད་ཞེན་ལས་ བདུན་པ་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་ནང་འཁོད་ ཞི་
ལྷན་ལུ་ཕུལ་དགོ། ༼༡༧༽ ཞི་ལྷན་ལས་ ཆ་འཛོགས་ཐོབ་ཞེན་ལས་ཉིན་གྲངས་² ཀྱི་ནང་འཁོད་ གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།
༼༡༨༽ གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྐྱེད་འབད་བའི་ལུ་ལས་ བདུན་པ་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཡུན་བྱིན་དགོཔ་དང་། ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་། ཕྱིས་ཞིབ་
ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་དང་ ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་ཡང་བཙུགས་དགོ། ༼༡༩༽ ཡིག་ཆ་ཚུ་བད་ལན་འབད་བའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ དུས་
ཡུན་བདུན་པ་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་ནང་འཁོད་བཙུགས་དགོ།

༼༢༠༽ གཡོག་བསྐོས་ ཡང་། ༼༢༡༽ རྩ་འཛིན་, པ་འདི་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚུགས་ཀྱིས་བྱིན་དགོ། གནས་སོར་མེན་པའི་ཀྱན་
གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཐོག་ ༼༢༢༽ གདམ་ཁ་འབད་ཡོད་མི་འདི་བཀའ་རྒྱ་བཏོན་དགོཔ་དང་ བསྐོ་བཞག་བཀའ་རྒྱའི་འདུ། གྲུབ་འབྲས་བསྐྱེད་
སྤྱི་གི་འདུ། ས་སྤྱོང་ཁབ་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུ། ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཡང་། ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཡང་ཆུ་ ཞི་ལྷན་ལུ་
ཕུལ་དགོ། ༼༢༣༽ གནས་སོར་ཆུ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་འགོ་འདྲན་འབབ་དགོཔ་དང་། ལྷན་ཁག་། ལས་སྡེ། ཡང་ན་ལྷ་རིགས་ནང་འཁོད་གནས་
སོར་ཆུ་ ལྷན་ཁག་དང་ལས་སྡེ་རང་རང་སོ་སོ་གིས་ འགོ་འདྲན་འབབ་དགོ། སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གའོད་གཅིག་པའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལྷ་རིགས་ནང་ གནས་སོར་
ཡང་ན་ རང་གསེས་སྡེ་ཆན་གཅིག་གི་ གནས་སོར་གྱི་དོན་ལུ་གྱི་ཡིག་ཆ་ ཞི་ལྷན་ལུ་ཕུལ་དགོཔ་ཆུ་ཡང་། ས་སྤྱོང་གསལ་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུ། གྲུབ་འབྲས་
བསྐྱེད་ཀྱི་འདུ། ལྷ་གཡོག་ལས་སྡེའི་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་། ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཡང་དང་ ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་
ཡང་ཆུ་ཡིན། ༼༢༤༽ ཀྱན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ཆུ་ ས་སྤྱོང་གསལ་བསྐྱེད་
འབད་བའི་ཉིན་ལས་ལྷོང་² གི་ནང་འཁོད་མཐུག་བསྐྱེད་དགོ། ༼༢༥༽ ཀྱན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ བསྐོ་བཞག་དང་གོ་གནས་
ཡར་སང་དོན་ལུ་ ཉུང་མཐའ་ལོང་གཉིས་ཕུག་ཞུ་དགོ། ཀྱན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ནང་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དོན་ལུ་གནང་བ་ཅན་གྱི་ཆད་གྱི་
ངལ་གསོ་འཐོབ་རུང་ འཐུས་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༣.༤ ་ རིགས་བསྐྱེམས་ནང་འཁོད་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་།

༼༡༣.༤.༢༽ རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་འདི་ལུ་འགྲན་བསྐྱར་འབད་མི་དགོ། ༼༡༣.༤.༣༽ རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་འོས་ཚད་ཡང་།
༼༡༣.༤.༣.༡༽ སྤྲིག་གཤམ་ཁོ་མའི་ནང་ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༣ ཡང་ན་ ༥ ཚད་དགོ། ༼༡༣.༤.༣.༢༽ ལཱ་ལུ་ཁྱབ་འབྲས་སྤྲུགས་ཚད་ “འབྲིང་”
འཛེབ་དགོ། ༼༡༣.༤.༣.༣༽ ལཱ་ལུ་སྤྲུགས་ཚད་ནང་ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” ཡོད་ན་ལོ་ངོ་གཅིག་འབྲེལ་ཕྱག་ཟུང་དགོ། ༼༡༣.༤.༣.༤༽ སྤྲོན་མེད་
གཤམ་ཐོ། ༼༡༣.༤.༣.༥༽ ཡིག་ཆ་ཕུལ་དགོཔ་ཚུ་ཡང་། ༼༡༣༽ མཉམ་བསྐྱབས་གྱི་ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་སྤྲུགས་ཚད་། ༼༡༣༽ ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་
ཁྱེར། ༼༡༣༽ ཟུམ་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར། ༼༡༣.༤.༤༽ ལས་སྡེ་གིས་**བྱར་དེབ་༡༣/༢** པའི་ནང་གི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་བཅུད་བསྐྱས་འབྲི་ཤོག་
བཀའ་སྟེ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཕུལ་དགོ། ༼༡༣.༤.༥༽ གོ་གནས་ཡར་སེང་བཀོད་རྒྱུའི་ནང་ལུ་ ཉོན་ཚུ་ཚད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་། མིང་དང་ཞི་གཤམ་
ངོ་རྒྱས་ཡང་། གོ་གནས་གྱི་མིང་གནས་དང་ གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ། ཆ་འཛིག་གི་ཆོས་གངས། གཤམ་གནས་ཚུ་བཀོད་དགོ། ༼༡༣.༤.༦༽ གོ་
གནས་ཡར་སེང་གི་ཁ་གསལ་དང་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་བཅུད་བསྐྱས་འབྲི་ཤོག་ཚུ་ ཞི་ལྷན་གྱི་ཆོ་གངས་དང་བསྐྱན་གཏང་དགོ། ༼༡༣.༤.༧༽ གོ་
གནས་ཡར་སེང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་གར་སྤྱད་བཞག་འབད་དེ་ ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ནམ་དགོཔ་ཅིག་སྟོན་དགོ། ༼༡༣.༤.༨༽ ལྷ་སྦྱོར་སྡེ་རིམ་པ་ཚུ་ལྷ་
སྦྱོར་༡ པ་ཚུ་ན་འགྲོ་ཆོག།

༡༣.༥ ་ བྱང་འཛིན་༡ པའི་མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ལུ་ཡར་སེང་།

༼༡༣.༥.༡༽ བྱང་རིག་གི་མེ་ངོམ་ཚུ་བྱང་འཛིན་༡ པ་ཚུ་ན་ འགྲན་བསྐྱར་འབད་མ་དགོཔར་བཀའ་དགོཔ་ཡང་། ༼༡༣.༥.༡.༡༽ ལོ་ངོ་ ༣ མཇུག་
བསྐྱུམ། ༼༡༣.༥.༡.༢༽ ལཱ་ལུ་ཁྱབ་འབྲས་སྤྲུགས་ཚད་ “འབྲིང་” འཛེབ་མི། ༼༡༣.༥.༡.༣༽ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” ཡོད་ན་ལོ་ངོ་གཅིག་
འབྲེལ་ཕྱག་ཟུང་དགོ། ༼༡༣.༥.༡.༤༽ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་འགན་ཁག་དང་འབྲེལ་ གནས་རིམ་མཐོ་བའི་ལཱ་འགན་དང་ འབྲེལ་བའི་ཚད་གཞི་
ཚུ་བཅུགས་ཆོག། ༼༡༣.༥.༡.༥༽ བྱང་རིག་ལྷ་ནང་འཕྲོ་མ་ཆད་པར་ཡོད་མི། ༼༡༣.༥.༡.༦༽ སྤྲོན་མེད་གཤམ་ཐོམ། ༼༡༣.༥.༢༽ ལས་གཤམ་
རང་སའི་མཁས་མཆོག་གི་ལྷ་འདི་ འཕྲོ་འབྲུད་དེ་འབད་ནི་རེ་བཤོད་ན་ གུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་འབད་མ་དགོཔར་ གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་དགོ།
༼༡༣.༥.༣༽ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་འདི་ གངས་འཁོར་ནང་འཁོད་ལུ་སྟོམ་སྤྲིག་འབད་དགོ། ༼༡༣.༥.༤༽ ཡིག་ཆ་བཅུགས་དགོཔ་མི་ཚུ་ཡང་
མཉམ་བསྐྱབས་གྱི་ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་སྤྲུགས་ཚད་ ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར། ཟུམ་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར། ༼༡༣.༥.༥.༡༽ གོ་ས་འཆར་བཀོད་པའི་
མཁས་མཆོག་གི་ གོ་གནས་འདི་འེ་གཤམ་གི་འབྲེལ་བཤད་ཁགས་ལ། ༼༡༣.༥.༥.༢༽ གཤམ་གནས་བདེ་སྤྲིག་**འབྲི་ཤོག་༡༣/༣** པ།
༼༡༣.༥.༥.༣༽ ཁྲིམས་མཐུན་འགན་ལེན་**འབྲི་ཤོག་༡༣/༤** པ་ཚུ་ཡིན། ༼༡༣.༥.༥༽ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་གྱི་གཤམ་གི་འབྲེལ་བཤད་དང་
འབྲེལ་དགོ། ༼༡༣.༥.༦༽ བྱང་འཛིན་༢ པ་འདི་མཁས་མཆོག་ཡང་ན་ འཛིན་སྦྱོང་གཉིས་ལས་གང་རུང་ནང་ སློབ་བཤུད་གྱི་ཐག་གཅིད་འབད་ས་ཡིན།
༼༡༣.༥.༧༽ བྱང་འཛིན་༡ པ་བྱང་རིག་ནང་ཚུང་མི་ཚུ་ འཛིན་སྦྱོང་གོ་གནས་ནང་ གུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་འབད་མི་ཆོག་པ་དང་ དེ་བསྐྱར་
ཁྲིམས་མཐུན་འགན་ལེན་གྱི་ མིང་རྒྱས་བཀོད་དགོ། ༼༡༣.༥.༨༽ བྱང་འཛིན་༡ པ་འཛིན་སྦྱོང་ནང་ཡིན་མི་ཚུ་གིས་བྱང་ཆོས་གར་ཆང་པ་ཅིན་
མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ནང་ལུ་སློབ་བཤུད་འབད་ཆོག། ༼༡༣.༥.༩༽ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་མཁས་མཆོག་ནང་བཅུགས་ནི་དང་ ལཱ་གཤམ་སྦྱོང་ནི་ཚུ་ངེས་བཟན་
བཟོ་དགོ།

༡༣.༡༠ ་ མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་།

༼ ༡༣.༡༠.༡ ་ ཡན་ལག་གནས་རིམ་ “ཁ”པ་དང་“ག”པ་གཉིས་ “ཀ”པ་དང་གཅིག་ཁར་བསྐྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ ལཱ་ལུ་བཏོན་མི་ཚུ་ལུ་མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་གནང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢ ་ མགྲོགས་འགྲོས་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་གནང་དགོས་ཡང་། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༡ ་ སྤྱི་གཞི་ ལོ་ངོ་ ༢ ཚང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༢ ་ སང་ཐངས་ ༢ པའི་དོན་ལུ་སྤྱི་གཞི་ལོ་ངོ་ ༣ ཚང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༣ ་ ལཱ་ལུ་སྤྱི་གས་ཚང་“འབྲིང་” འ་ཐོབ་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༤ ་ “ལེགས་བཅོས་དགོས་པ་”ཚུ་ ལོ་ངོ་གཅིག་འབྲེལ་ཐུག་ཟུང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༥ ་ སྦྱོར་མེད་གཡོག་ཐོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༦ ་ དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཐུལ་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༧ ་ ལོ་ངོ་ ༢ གི་ ལཱ་ལུ་དབྱེད་ཐུང་གྲུབ་འབྲས། ༼ ༡༣.༡༠.༢.༨ ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར། ༼ ༡༣.༡༠.༣ ་ མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་ ཚར་གཉིས་ལས་ལྷག་སྟེ་ལེན་མི་ཚོགས། ༼ ༡༣.༡༠.༤ ་ མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་འཐོབ་པའི་ཆོས་གྲངས་ལས་འགོ་བཙུགས་ ཏུང་ཤོས་ཁེ་ཕན་ཐོབ་ཡོད་པའི་ལོ་གྲངས་དང་འབྲན་འབྲུག་ཟུང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༠.༥ ་ གོ་གནས་ཡར་སང་ཚར་གཅིག་ཡང་མ་འཐོབ་ན་ མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད།

༡༣.༡༡ ་ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སང་།

༼ ༡༣.༡༡.༡ ་ ཁྱད་འཕགས་གྱི་ལཱ་ལུ་དང་ འགོ་ཁྲིད་པའི་སྤྱི་ཚད་ལུ་ངོས་འཛིན་གནང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༡.༢ ་ ཟླ་ངོ་ ༤ ཡང་ན་ལོ་ངོ་ ༡ གི་སྤྱོད་ལས་ཐུན་པའི་གོ་གནས་ཡར་སང་ཅིག་ཡིན། ༼ ༡༣.༡༡.༣ ་ གཞེངས་ཐོན་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་གཞི་ཚང་དགོས་ ཚུ་ཡང་། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༡ ་ ལོ་ ༣ “མཚོག་གྲུར་” རྒྱན་མཐུད་ཐོབ་མི། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༢ ་ སྤྱིར་བཏང་གོ་གནས་ཡར་སང་ལུ་ ལོ་ངོ་ ༡ ལུ་སྤྱོད་མི། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༣ ་ མཐོ་བའི་འགན་ཁུར་འབག་ཚུགས་པའི་ཕྱོགས་གྲུབ་ཡོད་མི། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༤ ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལཱ་འབད་ཚུགས་མི། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༥ ་ གཞུང་ལུ་ཕན་འདེབས་འབད་ཚུགས་མི། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༦ ་ སྦྱོར་མེད་གཡོག་ཐོ། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༧ ་ རྩལ་འབྲེལ་པའི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ མཉམ་བསྐྱབས་གྱི་ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་སྤྱི་གས་ཚང་། ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར། ཕྱི་ཁྱེར་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར། བདེན་ཁུངས་འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༥ པ་ཚུ་ཐུལ་དགོ། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༨ ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་བདེན་དུང་། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༩ ་ སྤྱི་སེལ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ཡོད་པ། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༡༠ ་ བདེན་དུང་འབད་ཡོད་པ་དང་ ཞི་ལྷན་གྱི་ཆ་འཛིན་གནང་ཡོད་པ། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༡༡ ་ རྩལ་འབྲེལ་པའི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ ཚར་གཅིག་ཚར་ན་གནང་དགོ། ༼ ༡༣.༡༡.༣.༡༢ ་ གོ་གནས་ཡར་སང་ཐངས་གཅིག་ཡང་མ་ཐོབ་ན་ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད།

༡༣.༡༢ ་ གོ་གནས་ཡར་སང་དང་འབྲེལ་བའི་མཐོ་གཏུགས་།

ཚད་གཞི་ཚང་རུང་ཆ་འཛིན་མ་འབད་ན་ མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ལུ་མཐོ་གཏུགས་འབད་ཆོག།

༡༣.༡༣ ་ འགན་ཁུར་ཕྱིས་སྤྱོད་ཡིན།

གོ་གནས་ཡར་སང་ཐོབ་ན་ གཞུང་ཆས་དང་ཡིག་སྐྱོད། དུན་ཐོ་ཚུ་ཕྱིས་སྤྱོད་འབད་དགོ།

༡༣.༡༤ ་ འདིས་སྤྱོད།

གོ་གནས་ཡར་སང་ཐོབ་པའི་སྐབས་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་འདིས་སྤྱོད་འགོ་འབྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༡ ། བཅའ་ཡིག་ལེའུ་༡༤ པ་གནས་སོང་།

༡༤.༣ ། གནས་སོང་གི་དབང་འཛིན།

༡༤.༣.༡ ། གནས་སོང་འབད་ནི་དེ་དབང་ཚད་གཤམ་གསལ་ལྟར།

ལང་།	གནས་སོང་གི་དཔྱེག	དབང་འཛིན།
༡	ལས་སྡེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོང་།	ཞི་ལྷན་/གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ།
༢	བཀོད་བྱུང་དང་མཁམ་མཆོག་མ་བརྩེས་པའི་ལས་སྡེ་ནང་འཁོད་གྱི་གནས་སོང་། *	ལས་སྡེ།
༣	སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ནང་འཁོད་གྱི་ལྷ་རིགས་གཙོ་བོ་ཕྱི་མེད་སྡེ་ཚན་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོང་།	ཞི་ལྷན།
༤	སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ནང་འཁོད་གྱི་ལྷ་རིགས་གཙོ་བོ་ཕྱི་མེད་སྡེ་ཚན་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོང་། (བྱད་འཛིན་༢ པ་ཚུ་ན།)	ལས་སྡེ།

*འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་གི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཚུ་མའི་དོན་ཚན་ ༥༢ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འབད་དགོ།

༡༤.༣.༢ ། ཅུ་ཁྲིམས་ཚན་གྱི་ཡིག་ཚང་ཚུ་དེ་བར་ན་ གནས་སོང་གཏང་ནི་དང་ལེན་ནི་ཚུ་ ཞི་ལྷན་ཡང་ན་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་དང་བསྟུན་གྱི་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།

༡༤.༤ ། སྤྱི་བཞག་ལམ་ལུགས།

༡༤.༤.༡ ། གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་དེ་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ ཞི་གཞུང་གི་གཞི་དཔྱད་སྤོངས་དོན་དང་མཐུན་པའི་ གནས་སོང་ལམ་སྟོན་ཕྱི་གཞི་སྡེ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་ཆ་འཛིན་འབད་དགོ།

༡༤.༤.༢ ། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ གནས་སོང་འགོ་བཙུགས་ཆོས་གྲངས་ལས་ ལྷ་རྩེ་གི་སྤྱི་གཞི་ གནས་སོང་གི་འཆར་ གཞི་བཟུམས་ཏེ་གནས་སོང་གཏང་དགོ།

༡༤.༤.༣ ། སྡེ་ཚན་ནང་འཁོད་ནང་ ལྷ་དང་འགན་ཁུར་སོང་ནི་འདི་ གནས་སོང་སྡེ་ཚན་བཞག་མི་ཚོ་གྱི་

༡༤.༤.༤ ། ལྷ་དང་ལེའུ་༡༤ པ་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ནང་འཁོད་ནང་རྒྱུ་མ་གཅིག་གཏང་ཆོག། སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ནང་འཁོད་ནང་ ཨིན་རུང་ ལྷ་རིགས་གཙོ་བོ་ཕྱི་མེད་སྡེ་ཚན་ཡང་ན་ གོ་གནས་ཚུ་སོང་ཏེ་གནས་སོང་གཏང་ཆོག་ཞི་དང་ དེ་ཡང་ཤམ་གསལ་དོན་ཚན་གྱི་གཞི་བཞག་དགོ།

༡༤.༤.༥ ། ལྷ་ཡིག་བཙུགས་ནི་དེ་ཆོས་གྲངས་ལུ་གོ་གནས་འདི་ནང་ ལུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་དུས་ལུན་དང་མཉམ་པའི་ ཉུང་མཐའི་དུས་ལུན་ ཆང་ཡོད་མི། ༡༤.༤.༥.༢ ། གོ་གནས་གསར་པ་གི་སྡེ་ཚན་ཡང་ན་ འགོ་ཐོག་གཞུང་གི་སྤྱོད་ཆོས་གྲངས་ལས་ཉུང་མཐའ་ལོ་རྩེ་ ༣ ཡོད་མི།

༡༤.༤.༥.༣ ། བྱད་རིག་ལྷ་གཞུང་གི་ཨིན་པ་ཅིན་ སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ནང་འཁོད་ ཤེས་ཚད། རིག་རྩལ། ལྷ་གསལ་གྱུ་བཟུང་ ཉམས་སྤྱོད་གཅིག་ མཆུངས་ཡོད་མི་ནང་གཏང་ཆོག། ༡༤.༤.༥.༤ ། སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ནང་གཞན་ཅིག་ནང་ གནས་སོང་འགྱུར་ཞི་དེ་ དམིགས་བསལ་དུས་ལུན་རིང་ ལུ་ དམིགས་བསལ་འགན་སྤྱོད་འགོ་དཔོན་ཅིག་སྡེ་ བརྩེ་འཛིན་འབད་ཆོག།

༡༤.༤.༥ ། ལྷ་གཞུང་ནང་ལོ་རྩེ་ ༥ རེ་ཆང་བའི་ལུ་ལས་དང་། ཡང་ན་གཤམ་གསལ་དོན་ཚན་ ༡༠ པ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༤.༤.༦ ། ལས་སྡེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ གནས་སོང་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ལས་སྡེ་ཡང་ན་ ཞི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ སྟབས་མ་བཟུང་ལུ་བཟུང་ནི་དོན་ ལུ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་ལྷ་རྩེ་དང་ཐབས་ལམ་བཟོན་དགོ།

༡༧.༧.༡༥ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་མ་གཏོགས་ སློབ་གྲུའི་གནས་དགུན་གྱི་ངལ་གསེའི་སྐབས་ལུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
 ༡༧.༧.༢༠ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཞི་གཤེགས་ཅིག་ལས་སྡེ་གང་རུང་ནང་ གནས་སྤོང་གཏང་ཆོག།
 ༡༧.༧.༢༥ ཞི་གཤེགས་འཐབ་ཡོད་མི་ཚུ་ ལས་སྡེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ལོག་སྟེ་ བཟུམ་བཅུགས་འབད་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ ཞི་ལྷན་ལུ་ཡོད།
 ༡༧.༧.༣༠ གཤམ་གསལ་གྱི་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན་ཚུ་ ཉེ་ཁ་ཅན་ཨིན་པ་ལས་ རང་སེའི་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་བཟོ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོན་
 ཚུ་དང་འབྲེལ་ གནས་སྤོང་གཏང་དགོ། ༡༧.༧.༣༠.༡ བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཤེགས། རྒྱ་དངོས་དང་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཤེགས། ༡༧.༧.༣༠.༢ ཅེས་
 ཞིབ། འོང་འབབ། དདུལ་ཅེས། ཅེས་ལས། འཆར་དདུལ། ནང་འཁོད་ཅེས་ཞིབ་ལཱ་གཤེགས། ༡༧.༧.༣༠.༣ ཞི་བའི་ཐོ་བོད་དང་མི་ཅེས། མི་
 སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ། ཕྱི་མི་ནང་སྐྱོད། བཟོ་གྲུའི་མཐུན་འབྲེལ་དང་སྦྱོར་བཅར་ལཱ་གཤེགས། ༡༧.༧.༣༠.༤ བཟོ་རིག། ས་རིག་དང་
 ས་གཏོར། ས་ཆའི་ལཱ་གཤེགས། ཁྲོམ་ཆོགས་གོང་འཕེལ་ཚད་འཛིན། གནས་ཆལ་དང་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལཱ་གཤེགས། ༡༧.༧.༣༠.༥ བོ་དོ་བྱུང་ལཱ་གཤེགས།
 ༡༧.༧.༣༠.༦ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཤེགས་དང་། ༡༧.༧.༣༠.༧ དང་ཐིམ་ས་རྒྱབ་སྐྱོར། དང་སྐྱོད་དང་དར་བྱུང་ལཱ་གཤེགས།
 ༡༧.༧.༣༡ ལོ་ངོ་གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་ར་ སྤྱི་གཏེ་ཆང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ གནས་སྤོང་གཏང་མི་ཆོག།
 ༡༧.༧.༣༢ གཞུང་ཆབ། སྐྱུ་ཆབ། དོན་གཅོད་ཡིག་ཆང་དང་ གཞན་གཞུང་གི་ཡིག་ཆང་ཚུ་ནང་ ཞི་གཤེགས་གདམ་འཐུ་འབད་ནི་འདི་ ཕྱི་
 འབྲེལ་ལཱ་གཤེགས་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་དགོ།
 ༡༧.༧.༣༣ ཞི་གཤེགས་ནང་འགོ་ཐོག་འཇུལ་མི་ཚུ་ ཉམས་ཚུན་དུས་ཡུན་བཅིས་ཏེ་ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ མེད་པ་ཅིན་ གནས་སྤོང་གཏང་ནི་འོས་
 འབབ་མེད་པ་དང་ གཤམ་གསལ་ཡོད་དེ་གོ་གནས་གསར་པ་གི་སྡེ་རིམ་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་གཤམ་གསལ་སྐྱོམ་ཆོས་གངས་ལས་ལོ་ངོ་ ༣ མ་ཆང་རུང་འོས་འབབ་མེད།
 ༡༧.༧.༣༤ མ་གཤམ་དང་ཨམ་སྤུ་གཉིས་ཆ་ར་ ཞི་གཤེགས་ཨིན་པ་ཅིན་ དེ་གཉིས་ས་གནས་གཅིག་ནང་ལུ་ གནས་སྤོང་གཏང་ནི་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།
 ༡༧.༧.༣༥ རིག་རྩལ་དང་ཤེས་བྱའི་ལག་ལེན་དང་ མ་མཐུན་པའི་གཤམ་གསལ་ནང་ལུ་ གནས་སྤོང་གཏང་མི་ཆོག།
 ༡༧.༧.༣༦ གནས་སྤོང་འགྱུར་འདྲེས་སྐབས་ གཞུང་གི་ཅ་ཆས་ཚུ་སྤོ་སྤོར་འབད་མི་ཆོག།
 ༡༧.༧.༣༧ གནས་སྤོང་འགྱུར་འདྲེས་གནས་རིམ་འདི་ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལས་ རྒྱུང་མི་འདི་གི་དདུལ་ཕྱགས་འདི་གཤམ་གསལ་ལྟར།
 ༡༧.༧.༣༨.༡ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ཨིན་ན་ ལས་གཤེགས་འདི་གི་གོ་གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ བསྐྱར་བཅོས་འགྱུར་དདུལ་
 ཕྱགས་འདི་ ད་ལྟོ་གཤམ་མི་འདི་ར་སྤྱོད་དགོ། ༡༧.༧.༣༨.༢ ལས་གཤེགས་རང་སེའི་ དང་འདོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཨིན་ན་ དདུལ་ཕྱགས་ཀྱི་ཐོབ་
 ཚད་འདི་ གོ་གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་གསར་པ་ལུ་ གཞི་བཞག་དགོ།
 ༡༧.༧.༣༩ གནས་སྤོང་བཏང་བའི་སྐབས་ ཞི་གཤེགས་གི་སྐྱེར་གྱི་ཡིག་སྟོན། ལཱ་ཤུལ་དབྱེད་ཤུད་ཀྱི་འབྲི་ཤོག། དུས་མཐུན་གཤམ་གསལ་ དང་འཕྲལ་
 གྱི་དདུལ་ཕྱགས་ལག་ཁྱེར་ཚུ་ འགན་གྲོལ་བཏང་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ཉིན་གངས་ ༣༥ གི་ནང་འཁོད་ གནས་སྤོང་སའི་ལས་སྡེ་ལུ་བསྐྱུལ་དགོ།
 ༡༧.༧.༤༠ གནས་སྤོང་འགན་གྲོལ་མ་བཏང་བའི་ཉེ་མ་ འགན་ཁག་ཅེས་སྤྱོད་དང་ཅིག་ཁར་ གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས། ཡིག་སྟོན་ཡང་ན་ དམ་ཐོ་ཚུ་
 ཅེས་སྤྱོད་ལེན་འབད་དགོ། **ཐུར་སྐྱེགས་ ༡༧/༡**
 ༡༧.༧.༢༠ གཤམ་གསལ་གྱི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་ཞི་གཤེགས་པའི་སྤྱི་གཏེ་རྒྱ་གཙོ་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་དགོ། ༡༧.༧.༢༠.༡ ལཱ་
 ཤུལ་གྱུ་བའམ་བཏོན་མ་ཚུགས་མི། ༡༧.༧.༢༠.༢ གཤམ་གསལ་གནད་དོན་ལས་བརྟེན་ སྤོ་སྤོར་འབད་དགོ་པའི་ཞི་གཤེགས། ༡༧ ཞི་
 གཤམ་གྱི་འདི་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལས་ སྐབས་གཤམ་གྱི་དུས་ཡུན་ཆང་ཡོད་མི། ༡༧ ཟླ་ངོ་ ༤ ལས་སྤྱི་གཏེ་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་མཚུགས་སྤྱོད་
 མི། ༡༧ གི་ གཞུགས་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་མཚུགས་སྤྱོད་མི། ༡༧.༧.༢༠.༣ ཞི་ལྷན་གྱིས་ཐག་བཅད་པའི་གནད་དོན་གཞན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཡོད་མི།

༡༧.༤.༢༠.༤ ་ སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ གཡོག་གནས་ལུ་གང་ནིའི་གཙོ་རིམ་གཤམ་གསལ་ལྟར། ༡༧ ་ མི་སྟོབས་དགོན་
 བསམ་གྱི་ དབྱེ་ཁག་ནང་ལུ་ཚུད་པའི་བྱང་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་ཕུལ་ཡོད་མི། ༡༨ ་ སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་ལས་ སྟོབ་
 སྦྱང་འཕྲོམ་བྱུང་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གཞུང་གི་སྟོབ་གཏེར་གྲགས་རམ་ལེན་མི། ༡༩ ་ སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་ལས་ ལོ་ངོ་ ༡༠ གྱི་
 རིང་ཟུག་ཞུ་ཡོད་མི། ༢༠ ་ སྟོན་མེད་གཡོག་ཐོ་ཡོད་མི། ༢༡ ་ སྐྱིག་ལོ་མ་ཚང་བའི་རྟེ་མ་ སྐབ་འབྲས་བཏོན་ནིའི་ལོ་གངས་ལེ་ཤེས་ཡོད་མི།
 ༡༧.༤.༢༠.༥ ་ འཛིན་སྦྱང་ལམ་ལུགས་དེ་ཡང་། ༡༧ ་ སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ལུ་བཞག་ནིའི་ཡུན་ཚད་མཐོ་ཤོས་ཟླ་ངོ་ ༤ ཡིན་དགོ། ༡༨ ་ ཟླ་ངོ་ ༤
 གི་ནང་འཁོད་ གཤམ་འཁོད་གྱི་གདམ་ཁ་ཚུ་འཛོལ་དགོ། ༡༩ ་ འོས་འབབ་ལུན་པའི་གཡོག་གནས་གྱི་ ས་སྦྱང་ནང་གནས་སོར་གང་དགོ།
 ༢༠ ་ ཞི་ལྷན་ཡང་ན་ འབྲུག་གཞུང་གི་གཙོ་རིམ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ དམིགས་བསལ་དུས་བཀག་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་དང་ ལས་རིམ་ནང་ལུ་
 འགན་སྦྱོང་དགོ། ༢༡ ་ ཀྲན་གོ་གས་འབྲན་བསྐྱར་ནང་ བཅའ་མར་གོ་གས་དགོ། ༡༧ ་ ཟླ་ངོ་ ༤ གི་ནང་འཁོད་ གཡོག་གནས་སྟོན་མ་
 ཚུགས་པ་ཅིན་ གཤམ་གསལ་ཚུ་ལས་ངོས་ལེན་འབད་དགོ། ༢༢ ་ ལོ་གངས་མ་ཚང་བའི་སྤྱི་གོང་དགོངས་ཞུའི་ལས་འཆར། ༢༣ ་ སྟོ་འདོད་
 དགོངས་ཞུ། ༢༤ ་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཞུ། ༡༧.༤.༢༠.༦ ་ བཀག་ཐབས། ༡༧ ་ ཞི་ལྷན་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ དུས་ཡུན་བྱང་
 ཀྱི་ཅིག་ནང་ར་ གཡོག་གནས་ཅིག་ནང་གང་ནིའི་ངོས་བཟན་བཟོ་དགོ། ༡༨ ་ ཞི་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ ཚུལ་མཐུན་གཡོག་གནས་གྱི་
 འཆར་གཞི་དང་ དུས་ཐོག་འབད་ནིའི་ངོས་བཟན་བཟོ་དགོ། ༡༧.༤.༢༡ ་ གནས་སྐབས་གནས་སོར་གྱི་ཐོ་ཅིག་ ཞི་ལྷན་གྱིས་གཤམ་གསལ་ལྟར་
 རྒྱུན་སྦྱོང་འབད་དེ་བཞག་དགོ། ༡༧.༤.༢༡.༡ ་ གཤམ་གསལ་གནད་དོན་གྱི་དོན་ལུ་ གནས་སོར་བཏང་ཡོད་ན་ ཞི་ལྷན་གྱིས་གནས་སྐབས་གནས་
 སོར་གྱི་ཐོ་ནང་ཡིན་དགོ། ༡༧ ་ གནས་ཡུན་ཚང་ཡོད་པ། དོན་གཙོད། གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་དང་ དོན་གཙོད་ཡིག་ཚང་གི་ལུ་འགན་ནང་གནས་ཡུན་
 ཚང་ཡོད་པ་ཡང་ན་ ལོ་གསེར་འབྲོལ་ཡོད་པ། ༡༨ ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལའི་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཚང་ཡོད་པ། ༡༩ ་ ལས་སྡེ། ལས་
 ཁུངས། སྡེ་ཚོན་ཚུ་སྐོ་བསྐྱམས་ཡོད་པ། གཅིག་ཁར་བསྐབས་ཡོད་པ། འབྲེལ་མཐུན་བཅད་ཡོད་པ། ཡང་ན་འཛོན་ཐང་ཅན་བཟོ་ཡོད་པ། ༢༠ ་
 ཁྲིམས་ཁང་གི་ཚུང་གཞི་མཇུག་བསྟུ་སྟེ་ ཉེས་གྲོལ་བཏང་ཡོད་པ། ༢༡ ་ ཞི་ལྷན་གྱིས་ཐག་བཅད་པའི་གལ་ཅན་ཡང་ན་ དམིགས་བསལ་གྱི་
 གནས་སྐབས་གནས་གང་ཅུང་ཡོད་ན། ༡༧.༤.༢༢ ་ སྐྱུག་ཐོ་དང་གནས་སྐབས་གནས་སོར་གྱི་ ཐོ་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་འཛོན་སྟོན་ལོ་
 ཞི་ལྷན་ལུ་གང་དགོ།

༡༧.༥ ་ སྐྱུགས་མཐུན་གནས་སོར་

གནས་རིམ་གཅིག་པའི་གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཚུ་ འཕྲལ་ར་བཅུགས་དགོ་པ་ཅིན་ གཤམ་གསལ་དང་འབྲེལ་དགོ། ༡༧.༥.༡ ་ ཉུང་མཐའ་
 བདུན་ཟླ་ ༢ གྱི་དོན་ལུ་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན་ནང་ གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོ། ༡༧.༥.༢ ་ གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དེ་མི་ངོམ་གཅིག་ལས་
 བཀལ་མེད་ཅུང་ སྤྱིར་བཞག་ལམ་ལུགས་གྱི་དོན་ཚུ་ ༡༧.༥.༣ ་ པ་ལྟར་ དགོས་མཁོ་ཚང་ན་གནས་སོར་གང་ཚོགས། ༡༧.༥.༣ ་ སྤྱིར་བཞག་
 ལམ་ལུགས་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚང་ན་ འཇུལ་ཞུགས་གནས་རིམ་གོ་གནས་ནང་ཡང་ གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ། ༡༧.༥.༤ ་ ཆ་མེད་གང་ནི་ཡང་ན་ ངོས་
 ལེན་འབད་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ ལྷན་ཁག་ཡང་ན་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཡོད། ༡༧.༥.༥ ་ མི་ངོམ་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་
 ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གདམ་འབྲུའི་བྱ་རིམ་ཐོག་ལས་ མི་ངོམ་བྲག་ཤོས་འདི་གདམ་འབྲུའི་དབང་དེ་ གནས་སོར་གྱི་གོས་
 འཆར་བཅུགས་དགོ། ༡༧.༥.༦ ་ ལོ་ལྟར་བཞིན་ དུས་རྒྱུན་གྱི་སྤེལ་གཅིག་གནས་སོར་འགོ་འདྲེན་ འཐབ་མའི་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ གོང་གི་
 བྱ་རིམ་ཚུ་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པར་ སྤྱིར་བཏང་གནས་སོར་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༤.༤༽ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོང་འགོ་དཔོན།

དམིགས་བསལ་འགན་སྲོང་འགོ་དཔོན་ཟེར་བའི་གོ་གནས་འདི་ **ཟུར་དེབ་༢/༡༡**པ་དང་འབྲེལ་ དམིགས་བསལ་གནས་སྤངས་སྐབས་ སྤྱི་གཞིལ་སྤྱི་ག་
བོད་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པར་ གནས་སོར་འབད་ཆོག་པ་ཡིན་རུང་ གཤམ་གསལ་དང་འབྲེལ་དགོ། **༽༡༤.༤.༡༽** ལྷ་རིག་དང་འཛིན་སྲོང་སྤྱི་རིམ་
(ལྷ་འཛིན་༢པ་ཚུན།) དང་མཁས་མཆོག་གི་ཞི་གཞིལ་པ་ཚུ་ལུ་ འོས་འབབ་ཡོད། **༽༡༤.༤.༢༽** སྤྱི་གཞིལ་གྲོ་ལོངས་རྒྱ་གསུམ་གྱི་རིང་ཐངས་གཉིས་གྱི་
འོས་འབབ་ཡོད། ཐངས་རེ་ལུ་གནས་ལུན་མཐོ་ཤོས་ལོང་༣ ཡིན་པ་དང་ དེ་གཉིས་གྱི་བར་ལུན་ ལོང་༣ བཞག་དགོ། **༽༡༤.༤.༣༽** ལྷ་མཐའ་ལོ་
རོ་༥ ཟུག་ལུ་དགོ། **༽༡༤.༤.༤༽** ལེན་མི་འཕམ་སྤྱི་རྒྱ་ གོ་གནས་གྱི་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་དགོ། **༽༡༤.༤.༥༽** ལེན་མི་འཕམ་སྤྱི་གསུམ་ གཏང་མི་
ལས་སྤྱོད་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོང་འགོ་དཔོན་གྱི་ གོ་གནས་རོས་འཛིན་འབད་དེ་ ཞི་ལྷན་ལུ་ལུ་དགོ། **༽༡༤.༤.༦༽**
དབུལ་ཕོགས་འདི་ལེན་མི་འཕམ་སྤྱི་ལས་ལེན་དགོ། **༽༡༤.༤.༧༽** ལུ་འགན་གྱི་དུས་ལུན་སྐབས་ ཁོང་རའི་ལྷ་རིག་གཞིལ་མ་བཞོལ་བ་ཅིན་ དེ་
ལྷ་འབྲེལ་གྱི་འོས་འབབ་མེད། **༽༡༤.༤.༨༽** ལུ་ལུ་འདི་ལེན་མི་འཕམ་སྤྱི་རྒྱ་ དཔེ་ཞིབ་འབད་དགོ། **༽༡༤.༤.༩༽** ལྷ་རིག་འབྲེལ་ཡོད་ལུན་
སྤང་དང་ལུན་རིང་སྤྱོད་བཅས་ལེན་ཆོག་ **༽༡༤.༤.༡༠༽** ལུ་འགན་མཚུག་བསྐྱེད་ཞིན་མ་ལས་ ཉེ་མའི་གོ་གནས་ནང་རེས་པར་དུ་ལོག་དགོ།
༽༡༤.༤.༡༡༽ ཞི་ལྷན་འདི་གནང་བ་གནང་མའི་དབང་འཛིན་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༡༤.༥༽ གནས་སོར་བྱ་རིམ།

༽༡༤.༥.༡༽ ལས་སྤྱོད་རང་སེའི་ནང་ ཞི་གཞིལ་པ་ཚུ་གི་གནས་སོར་ རམ་ཕོག་ནི་ཡིན་ནའི་ཆོས་གྲངས་སྤྱོད་པའི་ཐོ་ཡིག་ཅིག་བཞག་དགོ།
༽༡༤.༥.༢༽ ལྷ་རོ་༤ གི་སྤྱོད་ལས་ ལུ་གཞིལ་ལས་སྤྱོད་དང་གཞི་འཛིན་ལས་སྤྱོད་གིས་ གནས་སོར་གྱི་ཐོ་ཅིག་མོས་མཐུན་ཐོག་བཟོ་དགོ།
༽༡༤.༥.༣༽ གནས་སོར་གྱི་འོས་ཆད་ཆད་ན་ གོ་གནས་གྱི་སྤྱོད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་གནས་སོར་ཁུ་ཆོག། **༽༡༤.༥.༤༽** ཞི་གཞིལ་པ་འདི་ **འབྲེ་**
ཐོག་༡༤/༡ པ་དང་འབྲེལ་ གནས་སོར་བཀའ་བྱ་བ་འོན་པའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཉིན་གྲངས་༣༠ གི་ནང་འཁོད་འགན་ཁོལ་འབད་དགོ། **༽ཟུར་སྐྱགས་**
༡༤/༢༽ ལེན་མའི་ལས་སྤྱོད་གི་ མི་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཚུ་གིས་གནང་བ་ལོག་སྤྱོད་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་འཇུག་བཞག་གི་དུས་ཆད་མ་ཅིག་
འགན་ལུར་གསར་པ་ནང་འཇུག་དགོ། **༽༡༤.༥.༥༽** འོས་ལུན་གྱི་འཇུག་ལུགས་དུས་ལུན་དང་འབྲེལ་ དུས་ལུན་ནང་འཁོད་གཞིལ་གནས་གསར་པ་དེ་
ནང་སྤྱོད་ལུ་འབད་དགོ། གལ་སྤྱིད་སྤྱོད་ལུ་འབད་མ་ཚུགས་ན་ འགན་ཁོལ་གཏང་མའི་ལས་སྤྱོད་གིས་ དབུལ་ཕོགས་མ་ཐུན་པར་བཞག་དགོ།
༽༡༤.༥.༦༽ འགན་ཁོལ་གཏང་མའི་ལས་སྤྱོད་གིས་ ཞི་གཞིལ་བཅད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ སྤྱོད་གཞིལ་ཐོ་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ་པ་དང་ དེ་བཞིན་ལེན་
མའི་ལས་སྤྱོད་ནང་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ། **༽༡༤.༥.༧༽** གནས་སོར་བཀའ་བྱ་བ་འདི་ དམ་དམ་སྤྱོད་ལག་ལེན་འབབ་དགོ་པ་དང་ དམིགས་བསལ་གྱི་
གནས་སྤངས་ནང་རྒྱུ་མ་ཅིག་ ཆ་མེད་གཏང་ཆོག་པ་དང་ དེ་སྐབས་གནས་སོར་ཆ་མེད་གྱི་བཀའ་བྱ་བ་ཅིག་བཏོན་དགོ།

༡༤.༦༽ འོས་ལུན་གྱི་འཇུག་ལུགས་དུས་ལུན།

༽༡༤.༦.༡༽ གནས་སོར་གྱི་སྤྱོད་ལས་འདི་ ཉེ་མའི་ལུ་གཞིལ་གིས་ཁོངས་ལས་ ལྷ་རོ་གི་ལོ་མི་༢༨་་༡༠ གྱི་ཕྱི་ཁར་སྤྱོད་གནས་སྤྱོད་དགོ་པ་
ཅིན་ ག་སྤྱིག་གི་ངལ་གསོ་ལུ་དུས་ཉིན་གྲངས་༥ འཐོབ། **༽༡༤.༦.༢༽** ག་སྤྱིག་ངལ་གསོ་དང་གཅིག་ཁར་ འཐོ་འབྲེལ་གྱི་དུས་ལུན་རོ་མ་དང་བཅས་
ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོ། **༽ཟུར་སྐྱགས་༡༤/༣ དང་ཟུར་སྐྱགས་༡༤/༤ པ།༽**

༡༤.༩ ། ཁྲིམ་མཁུ་

༡༤.༩.༡ ། གཤམ་འཁོད་གནས་སྤེལ་ཁྲིམ་མཁུ་གི་འཕྲོ་བུ་ལྟར་དབང་ཡོད། ༡༤.༩.༡.༡ ། མི་ངོམ་འདི་ལུ་ཉིན་འགྲུལ་འཕུས་དང་ བཟའ་ཚང་ལུ་
འགྲུལ་འཕུས་དེ་ལས་**བྱུང་དེབ་༡༤/༡༡**པ་ལྟར་ འཕྲོ་བུ་ལྟར་འགྲུལ་འཕུས་ལེན་མི་དེ་ལས་སྤེལ་གིས་སྤྲོད་དགོ། ༡༤.༩.༡.༢ ། གནས་སྤེལ་
གསོལ་ར་འདི་ ལྷ་རིམ་གྱི་གཞི་རྟེན་དབྱེ་ལོ་གསལ་དང་འབྲན་འབྲས་ གནས་སྤེལ་བཏང་བའི་ལས་སྤེལ་གིས་སྤྲོད་དགོ། ༡༤.༩.༡.༣ ། **བྱུང་དེབ་༡༤/༡༡**
པ་ལྟར་ཅ་ཆས་མཁུ་གི་ སྤྲོལ་འབྲེན་སྤྲུལ་འཕུས་འདི་ ལེན་མི་དེ་ལས་སྤེལ་གིས་སྤྲོད་དགོ། ༡༤.༩.༢ ། ས་ཁོངས་ནང་ལས་གཏོ་མི་ཁྲར་༡༠ གྱིན་འཁོད་
ཡིན་པ་ཅིན་ ཁྲིམ་མཁུ་འཕྲོ་བུ་ལྟར་མེད། ༡༤.༩.༣ ། གཞི་འཛིན་ལས་སྤེལ་གི་ གནས་སྤེལ་ལས་སྤྲོད་ནང་གི་གནད་དོན་མཁུ་ མ་ཚང་བར་གནས་སྤེལ་
གནང་བ་ལྟ་སྤེལ་འཕྲོ་བུ་ གནས་སྤེལ་གྱི་ཁྲིམ་མཁུ་འཕྲོ་བུ་ལྟར་མེད།

༡༢ ། བཅའ་ཡིག་ལེན་ཏུ་པ་སྐབས་གཡོག་།

༡༥.༢ ། དཔྱེལ་གྲགས་།

༡༥.༢.༡ ། ཏུས་བཀག་གཞུང་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་ལས་འགུལ་དང་ མི་མང་ཞབས་དྲོག་གི་ལས་སྒྲུབ་གསར་པ་ནང་བཏང་བ། ། ༡༥.༢.༢ ། འབྲུག་ནང་འཁོད་ཡང་ན་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཚོགས་ཡང་ན་ གཞན་ལས་ཚོགས་ནང་བཏང་བ། ། ༡༥.༢.༣ ། སློབ་གྲྭ་གསར་བཙུགས་ནང་གི་ དབུ་འཛིན་ཚུ་དང་ སླེང་གི་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་སྤེལ་ཁང་ནང་ ཁྱད་རིག་ལས་གཡོག་པ་སླེ་གཡོག་ལུ་བཏང་བ། ། ༡༥.༢.༤ ། ཞི་གཡོག་ལས་སླེ་ཅིག་ནང་ གནས་སྐབས་གྱི་གཡོག་གནས་འདི་ གནས་སོར་ལེན་ཚུ་འོག་འགབ་དགོ།

༡༥.༣ ། འོས་ཚད་།

༡༥.༣.༡.༡ ། སློན་མེད་གཡོག་ཐོལ་མི། ། ༡༥.༣.༡.༢ ། ཉམས་ཚུན་ཏུས་ཡུན་མ་བཅུས་པར་ སླིག་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༢ ཚང་ མི། ། ༡༥.༣.༡.༣ ། གཡོག་ཐོག་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་ སྤྱོད་བཟུང་ལུ་གཡོག་གི་ གནས་ཚོགས་ཚང་མི། ། ༡༥.༣.༡.༤ ། བུ་ལོན་སྤྱོད་དགོས་མེད་པ། ཕྱིས་ཞིབ་གྱི་ཉོག་ཐོལ་མེད་པ། བདག་སྤྱོད་གི་ཉེས་བྱ་སྒྲུབ་བཞིན་མེད་པ། ཡང་ན་ བདག་སྤྱོད་སླིག་འགལ་གྱི་ཉེས་བྱ་ལོག་ཉེན་མེད་མི། ། ༡༥.༣.༡.༥ ། ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་ལས་ཚོགས་ཀྱིས་ བཟོ་ཡོད་པའི་ཆོད་གཞི་ཚང་མི་དང་ དགོས་ མཁོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་བཏོན་ཚུགས་མི། ། ༡༥.༣.༡.༦ ། སྐབས་གཡོག་ཐོངས་དང་པ་ནང་ཁྱུ་ཡིག་བཙུགས་མི། ། ༡༥.༣.༡.༧ ། ལག་འབག་གི་ ལས་གཡོག་པ་མེན་མི།

༡༥.༤ ། གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་།

། ༡༥.༤.༡ ། སྐབས་གཡོག་ལས་རིམ་ཚུ་འདི་དོན་ལུ་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་གཤམ་གསལ་ལྟར། ། ༡༥.༤.༡.༡ ། ལཱ་ཡིག་ཡང་ན་མི་ངོམ་གྱི་ལཱ་ཡིག་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སླེ་འེམ་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་བརྒྱད་དེ་ ཞི་ལྷན་ལུ་ཐུལ་དགོ། ། ༡༥.༤.༡.༢ ། ལཱ་ཡིག་ཡང་ན་མི་ངོམ་འདི་ ཞི་ལྷན་གྱིས་གཡོག་བཙུགས་ ལས་སླེ་དང་གཅིག་ཁར་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་དེ་ ཆ་གནས་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་དང་ གལ་སྲིད་ཁག་ཆེན་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ཐོག་ལས་ ཐག་གཅུང་དགོ། ། ༡༥.༤.༡.༣ ། མི་ངོམ་གྱི་ལཱ་གཡོག་བྱ་ཐོང་དང་ ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་སྟན་ལུ་འདི་ ཞི་ལྷན་གྱིས་བདེན་དཔྱད་འབད་ཆོག། ། ༡༥.༤.༡.༤ ། འོས་ འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལས་ གཞུང་ཐོན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་འཛོག་འབད་དགོ། ། ༡༥.༤.༡.༥ ། མི་ངོམ་གདམ་འཐུའི་གྲོས་ཚོད་འདི་ ལེན་མིའི་ ལས་ཚོགས་ལུ་ཡོད། ། ༡༥.༤.༡.༦ ། ཞི་ལྷན་གྱིས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སླེ་ལུ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་ འགན་གྲོལ་གཏང་ནི་དང་གཡོག་གནས་ ཕྱིས་ལེན་ནིའི་ཏུས་ཡུན་ལང་མ་ངེས་བཟུན་བཟོ་དགོ། ། ༡༥.༤.༢ ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཚོགས་ནང་ལུ་ཡིན་པ་ཅིན་ གཡོག་གནས་ཁྱབ་བསྐྱུགས་མ་འབད་ བའི་རྟེན་ ལས་སླེ་གིས་ཞི་ལྷན་ལས་གནང་བ་ལུ་དགོ།

༡༥.༥ ། གནས་ལུན་།

༡༥.༥.༡ ། སྐབས་གཡོག་ནང་འགོ་ཐོག་ལུ་ལོ་ངོ་ ༣ གི་རིང་ལུ་གཏང་ནི་དང་དེའི་ལུལ་ ཡར་སེང་འབད་ཆོག་པ་རུང་ཐངས་རེ་ནང་ལོ་ངོ་ ༢ རེ་ཕྱིན་ཏེ་ཏུས་ ཡུན་ཡོངས་བསྟོམས་ལོ་ངོ་ ༥ ཕྱིན་ཆོག། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སླེ་གིས་ གནས་ལུན་མ་ཆང་བའི་ལྷོ་ངོ་ ༣ གི་སྤྱོད་ལས་རྒྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ་སྒྲགས་ཏེ་ཞི་ལྷན་

ལས་གནང་བ་ལུ་དགོ། ཉ། ༡༥.༤.༢ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་རྩེ་ལུ་ གཏང་མིའི་ལས་སྡེ་འདི་ལས་ དངུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་མི་འཐོབ་།
 ཉ། ༡༥.༤.༣ རྒྱལ་གཞིའི་གཏང་འཛུལ་ཁུགས་དང་སྤར་ལོག་རྒྱལ་གཞིའི་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེའི་ཁྲིམས་
 ལུགས་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ་། འབྲེལ་འདྲིའི་ཚུ་གཏང་མིའི་ལས་སྡེ་ལས་སྤྱོད་མི་ཚོགས་། ཉ། ༡༥.༤.༤ རྒྱལ་གཞིའི་གཏང་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་ དགོངས་ཁྲུའི་བྱུང་
 ཕོགས་འཛིན་མ་དངུལ་ ཉེན་བཅོམ་གྱི་ཞལ་འདེབས་བཙུགས་ནིའི་འབྲི་བ་ཚུ་ འགན་གྲོལ་གཏང་མིའི་ལས་སྡེ་ལུ་མི་ཕོག་། དགོངས་ཁྲུའི་ཁེ་ཕན་ལས་
 འཆར་ཚུ་གི་ ཁེ་ཕན་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཁོར་གིས་འཕྲོ་མ་ཐུང་དགོ། ཉ། ༡༥.༤.༥ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་རྩེ་ལུ་ གོ་གནས་
 ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ཆ་འཛོགས་འབད་དགོ། ལེན་ཐུང་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ལས་སྡེའི་ནང་ལུ་འཛུལ་ཁུགས་འབད་ཆར་མ་དང་བཙུགས་དགོཔ་དང་ དེ་
 ཡང་རང་སེང་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་སྒྲིཛེས་འཁྲིལ་བཙུགས་དགོ། ཉ། ༡༥.༤.༦ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་རྩེ་ལུ་རྩེ་དཔྱད་སྟན་ལུ་འདི་ ལུ་
 ལུ་དཔྱད་དཔྱད་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ ལས་གཡོག་ལེན་མི་ལས་སྡེ་གིས་ལོ་ལྟར་བཞུགས་ ལས་གཡོག་པ་གཏང་མི་ལས་སྡེ་ལུ་ཐུལ་དགོ། ཉ། ༡༥.༤.༧
 རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་རྩེ་ལུ་ དགོངས་ཁྲུ་རྒྱལ་གཞིའི་གསོལ་རའི་དོན་ལུ་ སྤྱི་གཡོ་སྤྱོད་མི་ཚོགས་། དེ་ཡང་རྒྱལ་གཞིའི་གཏང་ ལས་སྡེ་ལས་
 དགོངས་ཁྲུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ལེན་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ ཅིས་ནི་ལེན་ཐུང་དེའི་དོན་ལུ་སྤྱོད་ཐུང་ལུ་དགོ། ཉ། ༡༥.༤.༨ ལུ་ཐུང་དང་ལུ་རྩེ་ལུ་བཟུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་
 དབང་མེད། ཉ། ༡༥.༤.༩ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ ལུ་རྩེ་ལུ་བཟུང་ལེན་མི་ལེན་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་རྩེ་ལུ་ སྤྱི་གཡོག་པ་ཁོར་མའི་
 གངས་སུ་བཅུ་མི་ཚོགས་།

༡༥.༥ རྒྱལ་འགན་

༡༥.༥.༡ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་ལུ་གནས་དགོ། ཉ། ༡༥.༥.༢ སྤྱི་ཐུལ་གྱི་ཐུལ་སྤྱིའི་ལས་ཆོགས་ལས་
 རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་སྤྱོད་ལུ་ལུ་ཡང་ན་དགོངས་ཁྲུའི་ལོ་ཆད་ཆར་ནི་གཞིས་ལས་ གཏང་མི་ཚུ་ཆོད་ཐུག་ལུ་དགོ།
 ཉ། ༡༥.༥.༣ ཐུལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ ཐུལ་སྤྱིའི་ལས་ཆོགས་ལས་ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་སྤྱོད་ལུ་ དེའི་དུས་ལུ་ལུ་མཉམ་ཡང་ན་དགོངས་
 ཁྲུའི་ལོ་ཆད་ཆར་ནི་གཞིས་ལས་ གཏང་མི་ཚུ་ཆོད་ཐུག་ལུ་དགོ། ཉ། ༡༥.༥.༤ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ལོག་པ་ད་ ལས་སྡེ་ལས་ཐོབ་པའི་གཡུས་ལོག་གི་ཁེ་
 ཕན་དང་ འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་དང་ མཇུག་གི་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ལག་ཁྲེང་འདི་སྤྱོད་དགོ། ཡིག་ཆ་ཚུ་ཐུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ལས་སྡེ་ལས་ དགོངས་ཁྲུའི་ཁེ་
 ཕན་ཚུ་ཐོབ་ཡོད་པ་སྤྱོད་པ་ཅིན་དགོ། ཉ། ༡༥.༥.༥ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ཆར་ཞེན་ལས་ ཞི་ལྟན་ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་བཀའ་བྱིན་ཏེ་འབད་ཐུང་ གཡོག་
 རང་ལོག་མ་འཛུལ་བ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ཆར་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ ཐབས་མེད་ཀྱི་དགོངས་ཁྲུ་གཏང་དགོ། ཉ། ༡༥.༥.༦ རྒྱལ་འགན་ཚུ་
 བསྐྱབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དགོངས་ཁྲུའི་གསོལ་རའི་ ཐུག་ལུ་བའི་དུས་ལུ་དང་འཁྲིལ་ ཅིས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཐོབ་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད། ལེན་ཐུང་དགོངས་
 ཁྲུའི་ཁེ་ཕན་གནན་ཚུ་གར་འཐོབ་། ཉ། ༡༥.༥.༧ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ཆར་ཞེན་ལས་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་འོས་ཆད་ཚུ་ཆར་བ་ཅིན་
 ལུ་རྩེ་ལུ་བཟུང་བཟུང་། གནས་སེང་དང་ཀུན་གཏོགས་འབྲེལ་བ་སྤྱོད་ཚུ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།

༡༥.༦ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་སྤྱོད་ལུ་

༡༥.༦.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་བཙུགས་མིའི་ལས་ཆོགས་གིས་ བྱངས་ལྷན་གྱི་ཐུ་མཆོད་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་རྩེ་ལུ་
 ཆར་ལས་ ལས་སྡེ་ལུ་སྤྱོད་ལུ་གཏང་ཆོག་། གོ་སྤྱོད་འདི་ཕྱི་ལོ་སྤྱོད་ལུ་ སྤྱི་སྤྱོད་ལས་ ཞི་ལྟན་ལུ་བཟུགས་འབད་དགོ། ཉ། ༡༥.༦.༢
 འགན་གྲོལ་གཏང་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་ རྒྱལ་གཞིའི་གྲུ་ལུ་ཆར་ཞེན་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ དུས་ལུ་མཇུག་མ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱོད་ལུ་ གོ་སྤྱོད་ལས་བཟུགས་འབད་དགོ།

༼ ༡༥.༤.༣ ༽ སྐབས་གཤམ་ལས་ལོག་པའི་ཞི་གཤམ་འདི་ གནས་སོར་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་སྒྲིག་གོ། ཡང་ན་གནས་སྐབས་གནས་སོར་གྱི་ཐོན་པ་
སྤོང་དགོ། ༼ ༡༥.༤.༤ ༽ ཞི་ལྷན་གྱིས་ཁྲུང་ས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཅིན་ སྐབས་གཤམ་གི་དུས་ལུན་མ་ཚང་མ་ལས་ ཞི་གཤམ་འདི་ ལས་ཚོགས་
ཡང་ན་ལས་སྡེ་ལུ་ ཟླ་ངོ་, གི་སྤྱོད་ལས་ བན་ལན་ཚུལ་མཐུན་སྤེའབད་དེ་སྤར་ལོག་འབོ་ཚོག།

༡༥.༥ ༽ སྤར་ལོག་/དགོངས་ཁུའི་སྐབས་གི་གོ་གནས་དང་དབུལ་ཕོགས།

༡༥.༥.༡ ༽ སྐབས་གཤམ་ནང་ཨིན་མི་ཞི་གཤམ་ཅིག་གི་ལྷ་གཤམ་འདི་ སྤར་བཞག་འབད་ནི་ཨིན་རུང་ དེའི་གོ་གནས་འདི་སྤར་བཞག་འབད་མི་ཚོག།
སྤར་ལོག་སྐབས་ ས་སྤོང་ཡོད་པ་དང་བསྐྱུན་ སྐབས་གཤམ་ནང་མ་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་གི་ གོ་གནས་གི་མིང་དང་མཉམ་པའི་གོ་གནས་གི་གནས་རིམ་གཅིག་
པའི་ནང་ གཤམ་བསྐྱོས་འབད་དགོ། ༼ ༡༥.༥.༢ ༽ ཞི་གཤམ་ཅིག་དགོངས་ཁུའི་འབད་ཚེ་དབུལ་ཕོགས་འདི་ ཞི་གཤམ་ནང་ཐོབ་པའི་ མཐུག་གི་
དབུལ་ཕོགས་ལག་ཁྱེར་དང་འབྲེལ་དགོ། གཤམ་སྤོང་དབུལ་ཕོགས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡོད་ན་ དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ ཅིས་རྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྐབས་
གཤམ་ནང་མ་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་གི་ གོ་གནས་གནས་རིམ་གི་འགོ་བཙུགས་བསྐྱར་ཞིབ་དབུལ་ཕོགས་ལུ་ གཏན་འབབས་འབད་དགོ། ༼ རྒྱ་སྤྱུགས་
༡༥/༡ པ་ སྐབས་གཤམ་གི་བཀའ་ཚུ་ རྒྱ་སྤྱུགས་༡༥/༢ པ་ ལོག་སྤོང་པའི་བཀའ་ཚུ་ ༽

༡༣ ། བཅའ་ཡིག་ལེའུ་༡༩ པ་འགྲོ་འགྲུལ།

༡༩.༢ ། བྱ་རིམ།

༡༩.༢.༡ ། འགྲོ་འགྲུལ་འདི་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཅིག་ལས་ གནང་བ་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུ་མ་གཅིག་འགྲོ་དགོ། ། ༡༩.༢.༢ ། དམིགས་བསལ་དུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་བཟོ་དགོས་དང་ གནང་བ་ལུ་བའི་སྐབས་ལུ་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་ལས་རིམ་ཡང་ལུ་དགོ། ། ༡༩.༢.༣ ། བཀག་མ་ཚུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལས་བརྟེན་ལྟ་སྟོར་འདི་ ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་འབད་མ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ཡང་ གཞུང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ལྟ་སྟོར་ ལས་རིམ་འདི་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོས་འཕྲོན་པ་ཅིན་ ལྟ་སྟོར་ལས་ལོག་སྟེ་སྟོན་པ་ད་ འདི་འགྲོ་ལས་རིམ་གནང་གི་གནང་བ་གསར་པ་ལུ་ དགོ། ཨིན་ རུང་ལོག་སྟེ་མ་འོང་པའི་རྟེ་མ་ དབང་འཛིན་ལུ་དག་ཐོག་ལས་གནང་བ་ལུ་དགོ། ། ༡༩.༢.༤ ། འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་ངོས་འཛིན་གྱི་ ཡིག་ཆ་ཡང་ན་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ལས་ གནང་བའི་དབང་ཚད་ཡི་གུ་གཅིག་ཁར་འབག་དགོ། ། ༡༩.༢.༥ ། འབྲེལ་ཡོད་བདག་སྐྱོང་པ་ གིས་ འོས་ལྷན་གྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འགྲོ་འགྲུལ་ལས་རིམ་བཟོ་དགོ། ། ༡༩.༢.༦ ། ཕྱི་ཁའི་འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་རིགས་གར་ལུ་ མི་སྟོབས་ ཚོགས་རྒྱུ་ལས་གནང་བ་གནང་དགོ། ། **བྱར་སྐབས་༡༩/༡** འགྲུལ་སྐྱོད་བཀག་འགྱུ།

༡༩.༣ ། དབང་ཚད།

འབྲིམ་གསལ་༡༩/༡ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྟེ་གིས་འགྲོ་འགྲུལ་འདི་ གནང་བ་གནང་ནི་དེ་དབང་ཚད་ཡོད། འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་འདི་གིས་ ལུངས་ ལྷན་རྒྱ་མཚན་དང་འབྲེལ་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་ལས་རིམ་འདི་གནང་བ་གནང་དགོ།

༡༩.༤ ། ཐོབ་ལམ།

༡༩.༤.༡ ། ས་གནས་ལས་གཏེ་མི་ཁྲར་༡༠ གྱི་ཕྱི་ཁར་དང་ དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོ་དང་ ལས་ལྷན་སྟེ་སྟོན་དགོས་པའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཉེན་འཐུས་ འཕྲོལ་ གྲོང་གསེབ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ཐག་རིང་ཚད་ཡང་ན་ གོ་ལམ་འདི་གཞུང་གིས་བཟོ་སྟེ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་དགོ། ། ༡༩.༤.༢ ། ལྷ་གི་ཉེན་མ་འདི་ གཡོག་གིས་ཁོངས་ལས་ འགྲོ་བའི་ཚུ་ཚོ་དང་ལས་ཅིས་རྒྱུ་བ་དགོས་དང་ ཉེན་གངས་འདི་གཡོག་གིས་ཁོངས་ནང་ལུ་ མེད་པའི་དུས་ལས་ དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོ་དང་ ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཅིས་རྒྱུ་བ་དགོ། ། ༡༩.༤.༣ ། ལྷ་གཡོག་གིས་ཁོངས་ནང་ལུ་མེད་པའི་ཚུ་ཚོ་དང་ ལས་ ཚུ་ཚོ་དང་ བུ་འཁོད་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་ ཉེན་འཐུས་ཕྱི་ཁྱེ་སྟོན་ནི་དང་ དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོ་དང་ ལས་ལྷན་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་ཉེན་འཐུས་ཀྱི་ལུ་སྟོན་ དགོ། ། ༡༩.༤.༤ ། ས་ཁོངས་གཅིག་ནང་ལུ་ ཉེན་གངས་༣༠ གྱི་གཡོག་ནང་སྟོན་དགོས་པའི་རིང་ལུ་རྒྱུ་མ་གཅིག་ ཉེན་འཐུས་ཀྱི་ལུ་སྟོན་ ཉེན་གངས་༣༠ ལས་ལྷན་པའི་ལུ་ལུ་ མཐོ་ཤོས་ལྷོ་དོ་ ཚུ་ཚོ་དང་ ཉེན་འཐུས་བརྒྱ་ཆ་༥༠ སྟོན་དགོ། འགྲོ་མཐུད་དེ་ལྷོ་དོ་ ལས་ལྷན་སྟེ་སྟོན་ དགོས་པ་ཅིན་ ཉེན་འཐུས་མི་འཕྲོལ། ། ༡༩.༤.༥ ། ལྷ་མཁུག་མ་བསྐྱུ་ལས་ གནས་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་གཡོག་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ འགྲོ་དགོས་ཐོན་མི་དང་ ལོག་སྟེ་ས་ཁོངས་འདི་ནང་ར་ ལྷ་འདི་ར་འགྲོ་མཐུད་དེ་ལྷོ་དོ་ གི་རིང་འབད་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ལྷ་འདི་འགྲོ་མཐུད་ཀྱི་ལྷ་སྟེ་བཅི་སྟེ་ དུས་ཡུན་ལྷན་ལུས་ སྐབས་ ཉེན་འཐུས་བརྒྱ་ཆ་༥༠ རྒྱུ་མ་གཅིག་འཕྲོལ། ། ༡༩.༤.༦ ། ལྷ་གཡོག་མཁུག་མ་བསྐྱུ་བའི་རྟེ་མ་ལས་ ལྟ་སྟོར་གྱིས་གནས་འདི་ གནས་ སྐབས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ བཞག་སྟེ་འགྲོ་དགོས་འཕྲོན་པ་ཅིན་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ འགྲོ་འགྲུལ་འབད་བའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ གི་ལུ་སྟོན་ལེན་ནི་ཐོབ། ། ༡༩.༤.༧ ། ཕྱི་རྒྱུ་ལུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ ལུ་མའི་གནས་སྟེ་བརྒྱུད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ བསྐྱུགས་ཏེ་སྟོན་དགོས་པ་ཅིན་ བརྒྱུད་འགྲུལ་ཁར་ལུས་པའི་རྒྱུ་ཁབ་དེའི་

ཉེན་འཕྲས་ཐོབ་ལམ་གྱི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་བ་སྒྲིལ་བ་ཆུང་ཆུང་། འཕྲོ་བཤམ་ཡིན་པའི་ཉེན་རྒྱུ་ཉེན་འཕྲས་ཆེར་གཏིས་མི་འཕྲོ་བཤམ་། ་། ༡༩.༩.༤ ་།
 རྒྱུ་ཐོབ་བཅོམ་ཉེན་རྒྱུ་ འཕྲོ་བཤམ་བའི་དུས་ལུན་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་གིས་བཅོམ་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཉེན་འཕྲས་འཕྲོ་བཤམ་། ་། ༡༩.༩.༩ ་།
 གཞུང་དོན་འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་སྐབས་ བརྒྱུད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ སྤྲུག་སྒྲིང་དགོ་མི་འདི་མ་བཅིས་པར་ སྒྲིང་སྒྲིང་གྱི་དོན་ལུ་སྤྲུག་སྒྲིང་པའི་ཉེན་འཕྲས་འདི་ མ་
 དངུལ་འབྲུང་ས་གཏེ་ལས་ཡིན་ཅུང་ར་ ཉེན་གྲངས་གཏིས་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་འཕྲོ་བཤམ་། ་། ༡༩.༩.༡༠ ་། གྲོགས་རམ་བྱེད་མི་འདི་གིས་ ཉེན་འཕྲས་
 དང་གཞན་འགྲོ་སྤང་ཚུ་བྱེད་ཡོད་པའི་སྐབས་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་སྤྱོད་བཅར་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཉེན་འཕྲས་དང་གཞན་འབྲེལ་ཡོད་འགྲོ་སྤང་ཚུ་བྱེད་མི་ཆོག།
 ་། ༡༩.༩.༡༡ ་། འཕྲོ་བཤམ་གསོ་བཞག་འབད་མི་ཡིན་ན་ གཤམ་གཞན་གྱི་ས་གནས་ཁར་ འགྲོ་འགྲུལ་འབད་བའི་སྐབས་ འགྲུལ་འཕྲས་དང་ཉེན་འཕྲས་
 ཐོབ་ལམ་གྱི་ ཐོབ་བཟྃ་དགོད་མི་ཆོག། ་། ༡༩.༩.༡༢ ་། གཞུང་འབྲེལ་འགྲོ་འགྲུལ་སྐབས་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་འཕྲས་ཚུ་**འབྲི་ཤོག་༡/༢** པ་དང་འབྲེལ་
 ཐོབ་བཟྃ་དགོད་དགོ།

༡༩.༥ ་། ཉེན་འཕྲས་ཚད་གཞི།

རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཡང་ན་ ཕྱི་ཁ་ལུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ ཉེན་འཕྲས་འདི་ གཞུང་གིས་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་འཕྲོ་བཤམ་དགོ།

༡༩.༦ ་། སྤྲུལ་འབྲེལ་དང་སྤྲེ་རིམ།

༡༩.༦.༡ ་། གཞུང་དྲུང་ཆེན་དང་ དེ་དང་དོ་མཉམ་ཚུ་མ་བཅིས་པར་ ཞི་གཤམ་གཤམ་ཅིག་རྒྱལ་ཁབ་ པ་ཚུ་ནང་འགྲོ་མུ་ད་ འགྲོ་མུ་སྤྲེ་རིམ་ནང་འགྲོ་མི་
 ཆོག། ཡིན་ཅུང་ གཞུང་གི་སྤྲུལ་ཚབ་སྤྲེ་ ལུང་ཕྱོགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ཆེ་མཐོའི་ གཞུང་འབྲེལ་ཞལ་འཛོམས་ཚུ་ནང་ སྤྲེ་ཆེན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་
 འབད་འགྲོ་མུ་ད་ འགྲོ་མུ་སྤྲེ་རིམ་ནང་འགྲོ་ཆོག། ་། ༡༩.༦.༢ ་། གཞུང་དོན་འགྲོ་འགྲུལ་འབད་བའི་སྐབས་ རང་འཁོད་གཞན་གྱི་ཞབས་དྲོག་
 བཅིས་ཏེ་ བྲང་ལམ་དང་ཡང་ན་ ཞེལ་མ་བད་འཕྲེ་འགྲོ་དགོ། ་། ༡༩.༦.༣ ་། ཞི་གཤམ་གཤམ་ཅིག་གིས་ འགྲུལ་འཕྲས་ཀྱི་ཐོབ་བཟྃ་དུ་ གཤམ་གསལ་
 ལྟར་དུ་འཕྲོ་བཤམ་དགོ།

ཞི་གཞན་གྱི་གནས་ཤིང་མཉམ་པའི་	ཐོབ་ལམ།
བཀོད་ཁྲབ་/མཁམ་མཆོག་, པ་ལས་ཁྲབ་འཛིན་ པ་ཚུ་ནང་དང་ ལྷ་བཀོད་གོང་མ་, པ་ལས་ པ་ཚུ་ན།	གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ སྤྲུལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་བཞི་མ་/མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་གྲྭ་ཆ།
ལྷ་སྤྱོད་, པ་ལས་ པ་ཚུ་ན།	གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ སྤྲུལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་གཏིས་མ་/མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་གྲྭ་ཆ།
ལག་ལེན་, པ་ལས་ པ་ཚུ་ན།	གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་གྲྭ་ཆ།

བཞུགས་པའི་ རང་གསལ་གནས་ཤིང་མཉམ་པའི་ ཞི་གཤམ་གཤམ་ཅིག་དོན་ལུ་འཕྲས་དང་ཞེལ་མ་ (འགྲུལ་འཕྲས་/ཉེན་འཕྲས་ སྤྲུལ་འཁོར་སྤྱོད་འཕྲས་ སྤྲེ་ཆས་སྤྲེལ་འབྲེལ་གྱི་གྲྭ་ཆ། ཁང་
 སྤྱིའི་འཕྲས་དང་ཁྲབ་འཕྲས་)འདི་ ཞི་གཞན་དང་འབྲེལ་བྱེད་དགོ་པ་མ་གཏོགས་ དངུལ་ཕྱོགས་ནང་བསྐབ་མི་ཆོག།

་། ༡༩.༦.༤ ་། སྤྲུལ་འཁོར་སྤྱོད་འཕྲས་ཀྱི་ཐོབ་བཟྃ་དུ་ གནང་བ་གཞན་བའི་སྐབས་འགྲོ་འགྲུལ་ངོ་མ་འབད་བའི་ལམ་ཚད་དང་འབྲེལ་ཏེ་བྱེད་དགོ།
 ་། ༡༩.༦.༥ ་། ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འགྲོ་འགྲུལ་སྐབས་ གནས་ཐང་དང་ལཱ་ཁོངས་བར་ནའི་ སར་ཚུར་འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་སྤྲུལ་འཁོར་སྤྱོད་འཕྲས་འདི་ ཐངས་གཅིག་
 རྒྱུང་མ་གཅིག་ཐོབ། ་། ༡༩.༦.༦ ་། སྤྲུལ་འཁོར་སྤྱོད་འཕྲས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ཡིན་ཅུང་ཐོབ་དབང་ཅིག་སྤྲེ་བཀོད་

མི་ཚོ་གྲགས་ཅིང་མཐོང་ཞིན་པའི་དོན་ལུ་ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོས་དང་ འོས་འབབ་ཡོདན་ གཞུང་འཁོར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། ༡༩༩༩.༡ ་ འགྲུལ་འཁོར་ལམ་མེད་ས་ལུ་ལྷ་སྐྱོར་འབྱོར་ད་ གཤམ་གསལ་ལྷར་དུ་ བཞོན་ཏྲ་དང་ཁལ་ཏྲ་ལྷ་འབྲུས་ཚུ་འཐོབ་དགོ།

གོ་གནས།	བཞོན་ཏྲ་དང་ཁལ་ཏྲ་ལྷ་འབྲུས་ཚུ་	ཁལ་རྒྱ།
བཀོད་ཁྱབ་༣ པ་ལས་, པ་/མཁས་མཚོ་གྲ་༣ པ་ལས་, པ་ཚུ་གྲ།	༡	༣
ཁྱད་འཛིན་༥ པ་ལས་, པ་ཚུ་གྲ་/ལྷ་བཀོད་གོང་མ་༢ པ་ལས་, པ་ཚུ་གྲ།	༡	༢
ལྷ་སྐྱོར་, པ་ལས་ལག་ལེན་༢ པ་ཚུ་གྲ།	༡	༡

༡༩༩༩.༤ ་ ལྷ་སྐྱོར་ཡང་ན་སྐྱོང་བཟར་འདི་གནང་བ་གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་འགན་བལྟམས་སུ་ལྷ་མི་དགོ། ༡༩༩༩.༩ ་ བན་འཁོར་ལུ་ཞལ་འཛོམས་དང་སྐྱོང་བཟར་སྐབས་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་ཟད་འགོ་ཚུ་ འགོ་འབྲེན་འཐབ་མི་འོ་ལས་སྡེ་གིས་གཏང་དགོ། ༡༩༩༩.༡༠ ་ རང་སོའི་སྐོབ་དབང་ལས་ལྷག་པའི་ དམིགས་བསལ་འགོ་འགྲུལ་གྱི་སྡེ་རིམ་ཡང་ན་སྐོབ་དབང་འདི་ ལས་སྡེ་འོ་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་སྐྱོད་དགོ།

༡༩.༡ ་ ལྷ་སྐྱོར་སྐྱེ་ལུ་ཕུལ་དགོས།

ཞི་གཡོགས་གར་གིས་ལྷ་སྐྱོར་ལས་ལོག་ཞིན་མ་ལས་ བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ནང་འཁོར་ལུ་ ལྷ་སྐྱོར་སྐྱེ་ལུ་འདི་ དེས་པར་དུ་ཕུལ་དགོ།

༡༩.༢ ་ འགོ་མཐུད་བྱ་ལེན་གྱི་དམ་འཛིན་དང་ལྷ་སྐྱོར་གྲོ་གྲོལ།

༡༩.༢.༡ ་ ལས་སྡེ་གིས་འགོ་འགྲུལ་འཆར་དུལ་གྱི་ འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ཟད་འགོ་འབྲེན་གསུམ་རེ་འོ་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ་མི་འདི་ འཆར་གཞི་གྲུ་གྲོས་བསྟར་འབད་མི་དང་སྒྲགས་ འབྲེལ་ཡོད་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ (སྤྱི་བྱུས། འཆར་གཞི་དང་ལས་རིམ།) ལྷན་ལུ་ཕུལ་ཡོད་པ་དེས་བཟན་བཟོ་དགོ། ༡༩.༢.༢ ་ དམ་འཛིན་འགོ་དཔོན་འདི་གིས་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་དགོས་དོན་འདི་ འགོ་དགོས་དེས་བཟན་ཡོད་པ་ཅིག་དང་ དམིགས་པ་བསྐྱེད་པའི་དགོས་དོན་ཚུ་ འགྲུབ་ཚུགས་ནི་ཡིན་མ་དེས་བཟན་བཟོ་དགོ།

༡༤ ་ བཅའ་ཡིག་ཡེ་ཤུ་ ༢༠ པ་གཤམ་གྲོ་ལ།

༢༠.༢ ་ སྤྱི་བཏང་ལས་ལུགས།

༼ ༢༠.༢.༡ ་ ལོ་ཚད་དགོངས་ལྟ། ༼ ༢༠.༢.༡.༡ ་ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་གིས་ གཤམ་འཁོད་ལོ་ཚད་ནང་སྤྱོད་པ་ད་ ཞི་གཤམ་ནང་ལས་དགོངས་ལྟ་ འབད་དགོ།

རིམ་ཨང་།	གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ལག	དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་།
༡	བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁམ་མཆོག་གི་སྤྱེ་རིམ།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠ །
༢	ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྱེ་རིམ།	སྤྱི་ལོ་ ༥༤ །
༣	ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱ་བསྐྱོར་གི་སྤྱེ་རིམ།	
	༡༡ ་ ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༥ པ་ལས་, པ་ཚུ་ན།	སྤྱི་ལོ་ ༥༤ །
	༡༢ ་ ལྷ་སྐྱོར་ ༥ པ་ལས་, པ་ཚུ་ན།	སྤྱི་ལོ་ ༥༤ །
༤	ལག་ལེན་སྤྱེ་རིམ།	སྤྱི་ལོ་ ༥༤ །

༼ ༢༠.༢.༡.༢ ་ ཁྱད་འཛིན་, པ་དང་དེའི་འོག་རྒྱ་ཚུ་ ལས་སྤྱེ་གིས་གཤམ་གྲོ་བཟུ་གནང་ནིའི་དབང་ཚད་ཡོད་དགོ། ༼ ༢༠.༢.༡.༣ ་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་སྤངས་འདི་ འགོ་ཐོག་གཤམ་ནང་བསྐོ་བཞག་འབད་བའི་སྤྱབས་ ཐོ་བཀོད་འབད་བའི་ཚེས་གྲངས་ལུ་ཆ་བཞག་དགོ།

༼ ༢༠.༢.༡.༤ ་ བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་དམིགས་བསལ་འབད་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ལོ་ཚད་དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་འདི་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་སྤངས་འདི་ གི་ཤུལ་མའི་ལྷན་གི་ཚེས་, ལས་བཅེ་དགོ། དགོངས་ལྟ་འོ་གསོལ་ར་དང་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཁེ་ལན་གཞན་ཚུ་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་སྤངས་ཆ་འཛོག་འབད་བའི་ ཉེན་མ་ཚུ་ན་ཅིས་རྒྱ་བཅེ་དགོ། ༼ ༢༠.༢.༡.༥ ་ ལོ་ཚད་ཚད་བའི་ཤུལ་ལས་ གཏན་གཤམ་ཡང་ན་ ལག་འབག་གི་ཐོག་ལས་བཞག་མི་ཆོག། དགོངས་ལྟ་ གཏན་ནི་ལུ་ལྷན་ཚུ་ གི་སྤྱོད་ལས་ ཞི་གཤམ་པ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་སྤྱོད་འབད་དགོ། ༼ རྒྱ་སྤྱོད་པ་ ༢༠/༡ ་ ༼ ༢༠.༢.༡.༦ ་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་ལེན་གྱི་དོན་ ལུ་ དབང་ཚད་གནང་སྤྱོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྤྱེ་གིས་ལོ་ཚད་དགོངས་ལྟ་འོ་ཡིག་ཚད་བཟུ་གནང་དགོ། ༼ རྒྱ་སྤྱོད་པ་ ༢༠/༢ ་ ༼ ༢༠.༢.༡.༧ ་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་ལེན་པའི་ལོ་ཚད་ལས་ལྷན་, གི་སྤྱོད་ལས་གསོལ་ཐོབ་དབང་ཡོད། ༼ རྒྱ་སྤྱོད་པ་ ༢༠/༣ ་ ༼ ༢༠.༢.༡.༨ ་ དགོངས་ལྟ་འོ་ཚད་ལེན་པའི་ལོ་ཚད་ལས་ལྷན་, གི་སྤྱོད་ལས་གསོལ་ཐོབ་དབང་ཡོད། ༼ རྒྱ་སྤྱོད་པ་ ༢༠/༤ ་ ༼

༢༠.༣ ་ དགོངས་ལྟ།

༼ ༢༠.༣.༡ ་ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་གིས་ ལས་སྤངས་དགོངས་ལྟ་འོ་ལུ་བ་ལུ་ཆོ་ རོས་ལེན་འབད་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྷན་སྤྱོད་ཡོད།

རིམ་ཨང་།	གོ་གནས་ཀྱི་སྤྱེ་རིམ།	དབང་འཛིན།
༡	བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁམ་མཆོག་གི་སྤྱེ་རིམ།	ཞི་ལྷན།
༢	ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་། ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱ་བསྐྱོར་། ལག་ལེན་སྤྱེ་རིམ།	ལས་སྤྱེ་མི་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཚུ་དང་།

༼ ༢༠.༣.༡.༡ ༽ ཞིགཡོགཔའིགཤིས་ ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་དང་བསྟུན་ཐོག་ལས་ ཁས་བླངས་དགོངས་ཁུ་འབད་ནི་འདི་ ཉུང་ཤོས་ཟླ་ངོ་༡ གི་
 སྤྱོད་ལས་ བད་སྤྱུལ་ཁུ་སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འབད་ཆོག། ༼ ༢༠.༣.༡.༢ ༽ དགོངས་ཁུ་འདི་དོན་ལུ་ གསལ་བཀོད་དུས་ལུན་གྱི་ནང་འཁོད་ བད་སྤྱུལ་
 འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ བད་སྤྱུལ་གྱི་གསལ་བཀོད་དུས་ལུན་རིང་གི་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་འབྲམ་ཉམ་ འོག་བཅུགས་དགོ་པའི་འཁྲི་བཙོག།
 ༼ ༢༠.༣.༡.༣ ༽ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བཅའ་འཁུན་ འདེམས་ངོ་སྤོམ་ཐོན་པའི་རྟེན་ཡང་ན་ སྤྱི་ཚོགས་ཅིག་ནང་དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་མི་དང་ཡང་ན་ མ་ཐོབ་
 པའི་གོ་གནས་མ་ལེན་པའི་སྤྱོད་ལས་ ཞིགཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ཁུ་འབད་དགོ། ༼ ༢༠.༣.༡.༤ ༽ དགོངས་ཁུ་འདི་ཁུ་ཚིག་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཐིན་མི་དང་
 ངོས་ལེན་འབད་མི་དབང་འཛིན་པ་གིས་ དགོངས་ཁུ་འབད་མི་ཞིགཡོག་འདི་ སྤྱིང་བདར་དང་སྐབས་གཡོག་ དེ་ལས་ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་ནང་
 བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ལཱ་གཡོག་གི་གན་ཚིག་ལུ་ གནས་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ། ༼ ༢༠.༣.༡.༥ ༽ དགོངས་ཁུ་འདི་ཁུ་ཚིག་ལུ་ དབང་ཚད་མྱིར་སྤེལ་དང་
 འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་བཀོད་པ་དང་ཡང་ན་ ལས་སྤེལ་འགོ་འཛིན་བརྟུན་དེ་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ལུ་ གནང་བ་བཀོད་ནི་དོན་ལུ་ཕུལ་
 དགོ། ༼ ༢༠.༣.༡.༦ ༽ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཁས་བླངས་དགོངས་ཁུ་འདི་ བད་སྤྱུལ་འབད་བའི་ཆེས་གངས་ལས་ མཐོ་ཤོས་དུས་ལུན་ཟླ་ངོ་༤ གྱི་
 རིང་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་བཀག་སྟེ་བཞག་ཆོག། ༼ ༢༠.༣.༡.༧ ༽ ལུན་རིང་མོ་སྟེན་སྟེ་ དུས་རྒྱུན་གྱི་ལཱ་འགན་འབག་མ་ཚུགས་པར་ལོ་ངོ་ ༣
 ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ དགོངས་ཁུ་འདི་ཁེལ་ན་ཚུ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འདི་ལས་འཆར་ཐོག་དགོངས་ཁུ་འབད་
 དགོ། ༼ ༢༠.༣.༡.༨ ༽ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་ དགོངས་མ་རྩ་བསྐྱད་བཏང་སྟེ་ཡོད་མི་ཞིགཡོག་ཤོལ་པ་འདི་ ཞིགཡོག་ནང་
 ལུ་ གཡོག་བཅུགས་གྱི་རིགས་གཅིད་ནང་ལུ་ཡང་ ཁུ་ཚིག་བཅུགས་ནི་འོས་འབབ་མེད།

༼ ༢༠.༣.༢ ༽ སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འཆར་ལས་འཆར། ༼ ༢༠.༣.༢.༡ ༽ འོས་ཚད་ཡང་ ཞིགཡོག་ཅིག་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ཆང་ན་
 སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འཆར་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད། ༼ ༡ ༽ སྤྱི་ལོ་ ༥༡ དང་དེ་ཡན་ཆད། ༼ ༢ ༽ སྤྱི་ལོ་ ༥༡ མན་ཆད་ལུ་ གཤམ་
 གསལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་ཆང་དགོ། ༼ ༡ ༽ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༢༠ ལྷག་ཁུ་ཡོད་མི། ༼ ༢ ༽ ཉུང་ཤོས་གཅུག་ལག་ཤེས་ཆད་མེད་མི། ༼ ༣ ༽ གཞུང་
 ལུ་འགན་འཁྲི་བསྐྱབ་དགོ་མེད་མི། ༼ ༤ ༽ ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་སྤྱོད་བཅོས་ངལ་གསེད་ཐོབ་ལམ་ལེན་ཆར་མི། ༼ ༥ ༽ དགོངས་ཁུ་འོ་ཆང་རན་པའི་སྤྱོད་
 གོང་ལུ་ གཞུང་དབང་ཅེན་ཅིག་སྟེ་ གནས་ལུན་ཆང་མི། ༼ ༦ ༽ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆང་ཚུ་འདེམས་མི་སྟེ་བསྟོན་བཞག་འབད་མི། ༼ ༢༠.༣.༢.༢ ༽
 ཆ་མེད་ཡང་། ༼ ༧ ༽ སྤྱི་གཤམ་ལཱ་ཡང་ན་ བན་ལྷན་གྱི་ཚུང་གཞི་དོན་གསལ་པ་ཡོད་མི། ༼ ༨ ༽ རིག་ཅུལ་དང་མཁས་རིག་དགོན་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
 གཞུང་ལུ་དགོ་པ་སྟེ་ཐག་བཅད་ཡོད་མི། ༼ ༢༠.༣.༢.༣ ༽ ལཱ་གཡོག་ལས་སྤེལ་དགོངས་ཁུ་འདི་ཁེལ་ན་ཚུ་ལས་ ལས་སྤེལ་དེ་རའི་ནང་ལུ་བདེ་སྤྱི་གཤམ་
 དགོ་པ་ཚུ་བཏོགས་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་ལུ་སྤྱོད་ནི་ལུ་རིམ་བསྐྱིག་དགོ། ༼ ༢༠.༣.༢.༤ ༽ ལས་སྤེལ་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་དང་ ཡང་ན་ཚོགས་སྤེལ་གིས་
 དགོངས་ཁུ་འདི་ཁེལ་ན་སྤྱོད་ནི་དོན་ལུ་ དབང་ཚད་མྱིར་སྤེལ་འབད་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཅན་ཚུ་ལུ་ ངོས་ལེན་འབད་ནི། དེ་ལས་
 གནང་བ་སྤྱོད་ནི་ཚུ་འབད་དགོ། ༼ ༢༠.༣.༢.༥ ༽ སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འདི་ཁེལ་ན་ཚུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཅིས་རྒྱལ་ཐངས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ རྒྱུ་འཐུས་
 བཟུམ་ཅིག་སྟེ་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཁར་ ལག་སྤྱོད་སྟེ་སྤྱོད་དགོ། ༼ ༡ ༽ སྤྱི་ལོ་ ༥༡ དང་ དེ་ཡན་ཆད་འབད་མི་ཞིགཡོག་འདི་ལུ་ དགོངས་ཁུ་འོ་
 གངས་མ་ཆང་ཚུ་གྱི་རིང་ལུ་ ལོ་ངོ་ ༣ རེད་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་ངོ་ ༡༤ ཚུན་ལུ་ཅིས་རྒྱལ་སྤེལ་སྤྱོད་དགོ། ༼ ༢ ༽
 སྤྱི་ལོ་ ༥༡ མན་ཆད་འབད་མི་ཞིགཡོག་འདི་ལུ་ དགོངས་ཁུ་འོ་གངས་མ་ཆང་ཚུ་གྱི་རིང་ལུ་ ལོ་ངོ་ ༢ རེད་གཞི་རྟེན་དངུལ་
 ཕོགས་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་ངོ་ ༡༤ ཚུན་ལུ་ཅིས་རྒྱལ་སྤེལ་སྤྱོད་དགོ། ༼ ༢༠.༣.༢.༦ ༽ སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འཆར་མ་བཅུས་པར་ གོང་འཁོད་སྟེ་རིམ་
 ཚུ་ འཐུག་གི་ཞིགཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་དང་འཁྲིལ་ གཞན་སྤྱིར་བཏང་དགོངས་ཁུ་འདི་ཁེལ་ན་ཚུ་འོས་འབབ་ཡོད། ༼ ༢༠.༣.༢.༧ ༽ ཟླ་ངོ་ ༤

ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ ལོ་གངས་བསྐྱེད་མཁུ་བཏོན་ནི་དོན་ལུ་ ལོ་ངོ་ཕྱི་ལ་བུ་སྟེ་ཕྱི་ལ་ཁར་བཀལ་དགོ། དེ་ཡང་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་
སྒྲིག་གཡོག་འདི་མའི་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་^{༡༠} གྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༢༠.༣.༣ ་། དམིགས་བསལ་དགོངས་ཁྲིའི་ལས་འཆར།

ལྷན་ཚགས་ཀྱིས་ གཞུང་དང་གོས་བསྐྱེད་གྱི་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གངས་ཁའོ་དང་ལྷན་ཏོག་ཏོ་བཞག་ནི་དང་། ལྷགས་གྲུབ་དང་ ལྷ་ཤུལ་ཡར་འགྲུག་
གཏང་ཐབས་ལུ་ མཁོ་གལ་མེད་མི་ཚུ་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་ཐབས་ལུ་ དུས་རིམ་བཞིན་དུ་ དམིགས་བསལ་དགོངས་ཁྲིའི་ལས་འཆར་ལག་ལེན་འཐབ་ཚེག།

༢༠.༣.༤ ་། ཐབས་མེད་དགོངས་ཁྲི། ་།^{༢༠.༣.༤.༡} ་། གལ་སྲིད་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ཡིག་ཚང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་འདི་
ཉེས་ལྔ་དང་ དེའི་ཡན་ཆད་གྱི་ཉེས་ཅན་སྟེ་བཏོན་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་ཁྲིའི་ཁེ་ཕན་དང་གཅིག་ཁར་ ཐབས་མེད་
དགོངས་ཁྲི་གཏང་དགོས་དང་། ^{༢༠.༣.༤.༢} ་། ཞི་ལྷན་ཡང་ན་ ལས་སྟེ་གིས་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལས་འགལ་བའི་ གནད་དོན་ཚུ་ནང་ཡོད་པ་འདི་ཞི་གཡོག་པ་
ཅིག་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁྲི་གཏང་ཚེག། དེ་ཡང་ བདག་སྐྱོང་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཡིག་གི་ འབྲེལ་ཡོད་དོན་ཚུ་གྱི་ཁག་འགན་ལས་འགལ་བ། ཡང་
ན་ལྷ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་མེད་མི་ཚུ་ཡིན།

༢༠.༣.༥ ་། ཙུལ་སྐྱོད། ^{༢༠.༣.༥.༡} ་། གལ་སྲིད་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ཡིག་ཚང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ ཉེས་ལྔ་དང་དེའི་ཡན་
ཆད་གྱི་ཉེས་ཅན་སྟེ་བཏོན་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ཙུལ་སྐྱོད་གཏང་དགོ། ^{༢༠.༣.༥.༢} ་། ཞི་ལྷན་ཡང་ན་ལས་སྟེ་གིས་ སྒྲིག་
ཁྲིམས་ལས་འགལ་བའི་གནད་དོན་ནང་ཡོད་པ་འདི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ བདག་སྐྱོང་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ཙུལ་སྐྱོད་གཏང་ཚེག།

༢༠.༣.༦ ་། ལས་སྟེ་འབྲེལ་བ་མཇུག་སྟེ། རང་སོའི་ལས་སྟེ་འདི་ ལས་འཛིན་ཡང་ན་སྐར་སྟེ་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་བའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་
གི་ལྷ་གཡོག་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་དགོས་མཁོ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ཁ་བྲལ་གཏང་དགོ།

༢༠.༤ ་། དགོངས་ཁྲིའི་ཁེ་ཕན།

ཞི་གཡོག་པ་གཅིག་གི་རྒྱུ་འབྱུང་བའི་སྐབས་ རྒྱ་མཚུག་གི་དབུལ་ཕོགས་ཕྱི་ལ་བུ་སྟེ་དགོ།

^{༢༠.༤.༡} ་། དགོངས་ཁྲིའི་གསོལ་ར། ^{༢༠.༤.༡.༡} ་། འོས་ཚད་ཡང་། ^༡ ་། ཁག་འབག་གི་ལྷ་གཡོག་དང་ལྷ་གཡོག་ནང་ལུ་ བྱི་རྒྱུན་
འབྱུང་མི་མ་བཅུས་པར་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་^{༡༠} གྱི་རིང་ལུ་ ཕྱག་ལུ་བའི་ཤུལ་ལས་གཡོག་བྲལ་བཏང་བའི་སྐབས་ དགོངས་ཁྲིའི་གསོལ་ར་འདི་ཐོབ་དབང་
ཡོད། ^༢ ་། དགོངས་མ་ཙུལ་སྐྱོད་གཏང་བའི་སྐབས་ དགོངས་ཁྲིའི་གསོལ་ར་འདི་ཐོབ་དབང་མེད། ^{༢༠.༤.༡.༢} ་། དབུལ་བསྐྱེད་ལས་ཡང་། ^༣ ་།
དགོངས་ཁྲིའི་གསོལ་ར་འདི་དབུལ་བསྐྱེད་ལས་འདི་ ལྷ་གཡོག་ནང་ལུ་ཕྱག་ལུ་བའི་ལོ་གངས་མཐའ་མཇུག་གི་གཞི་རྒྱུ་དབུལ་ཕོགས་འདི་ ལྷ་
གཡོག་ལོ་གངས་གང་སོང་དང་གཅིག་ཁར་ དཀྱུ་འཐབ་རྒྱབ་སྟེ་ཕྱི་ལ་བུ་སྟེ་དགོ། **འཕྲི་ཤོག་༢༠/༡** ^༤ ་། ཟླ་ངོ་༤ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པ་འདི་ལྷ་གཡོག་
ནང་ཕྱག་ལུ་མི་འདི་ དགོངས་ཁྲིའི་གསོལ་ར་ཕྱི་ལ་བུ་སྟེ་དོན་ལུ་ ལོ་ངོ་གཅིག་སྟེ་བཅུ་དགོ། དེ་ཡང་སྒྲིག་གཡོག་འདི་མའི་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་^{༡༠}

ཕྱག་ཞུ་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ། ཉ་༢༠.༤.༡.༣༽ མཐོ་ཆད་ཡང་། དགོངས་ཞུ་གསོལ་ར་འེ་མཐོ་ཆད་འདི་ གཞུང་གིས་དུས་དང་དུས་སུ་ཐག་གཅད་མི་དང་
 འཁྲིལ་དགོ། ཉ་༢༠.༤.༡.༤༽ གནས་སྐྱད་ས་ཡང་། དགོངས་ཞུ་གསོལ་ར་འེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཕྱིས་ཞིབ་དང་ ཁལ་གྱི་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་བཏོན་པའི་
 སྐབས་དང་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་འགན་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་དབྱེ་ལཱ་འབྲེལ་ལས་སྡེ་ཚུ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ལེན་ཡོད་པའི་བུ་ལོན་གྱི་རིགས་དང་ ཡང་
 ན་ ཡིག་ཆ་ལུ་སྤྱོད་དགོ་པའི་ཕྱིས་ཆད་མེད་པ་ཡིན་མ་ གཏན་འཁེལ་འབྱུང་ད་རྒྱུ་མ་གཅིག་སྤྱོད་དགོ། ཉ་༢༠.༤.༡.༥༽ ཆད་སྒྲུབ་ཡང་། ཉ་༧༽
 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལས་ ལེན་མི་ཡོད་པའི་དབྱེ་ལཱ་ཆད་འདི་ དགོངས་ཞུ་འབད་བའི་ནམ་དུས་ཡང་ན་ ཤི་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་ གནད་དོན་གཅིའི་
 ཐོག་ལས་ཡང་ འོག་སྡེ་འཐོབ་མ་ཚུ་གས་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་ཡང་ན་ ཆབ་བཏོན་མི་ངོམ་ ཡང་ན་ ཁྲིམས་མཐུན་བུ་རྒྱུ་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་
 དགོ་པའི་དགོངས་ཞུ་གསོལ་ར་ལས་ བཏོགས་ཏེ་ཆད་སྒྲུབ་འབད་དགོ། ཉ་༨༽ ཤི་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་སྐབས་ལུ་ ལཱ་གཡོག་གི་འགན་འཁྲིལ་ག་པའི་ཆད་
 སྒྲུབ་ ལེན་དགོ་པ་ཡོད་མི་དང་ཡང་ན་ ཉེས་བུ་སྤྱོད་དགོ་པ་ཡོད་མི་ཚུ་ བདེན་སྤྱོད་དང་ཅུས་མེད་ཡིན། ཉ་༩༽ སྤྱོད་བཟུང་དང་འབྲེལ་བའི་ཁག་
 འགན་གྱི་ ཆད་སྒྲུབ་འབད་དགོ་པ་ཡོད་མི་འདི་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་སྤྱོད་དགོ་པ་ཡོད་པའི་དགོངས་ཞུ་གསོལ་ར་དང་ དགོངས་ཞུ་ཁེལ་ན་ཚུ་ལས་བཏོག་དགོ།
 ཉ་༢༠.༤.༡.༦༽ དབང་ཆ་དང་ཡང་། དགོངས་ཞུ་གསོལ་ར་འེ་ དབྱེ་ལཱ་འབྲེལ་ལག་དེབ་ནང་ལུ་ དབང་ཆ་དང་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་འདི་གིས་ འབད་
 དགོ་པ་ཡོད་མི་འེ་མི་པ་ཚུ་ མཚུགས་སུ་ཞིན་མ་ལས་ དེ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གནང་བ་གནང་དགོ།

ཉ་༢༠.༤.༢༽ དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་ཐོགས། ཉ་༢༠.༤.༢.༡༽ ཉུང་ཤོས་ལོ་༡༠ ཕྱག་ཞུ་ཡོད་མི་དང་ཟླ་དྲུག་༢༠ གི་རིང་ དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་ཐོགས་
 ནང་ ཞལ་འདེབས་འབད་ཡོད་མི་ཡང་ན་ ལོ་གངས་ཆད་སྤྱོད་དགོངས་ཞུ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ཞུ་འེ་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟླ་རིམ་
 བཞིན་དུ་ དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་ཐོགས་གྱི་ཁེལ་ན་འཐོབ་དགོ། ཉ་༢༠.༤.༢.༢༽ དགོངས་མ་ཙུ་བསྐྱད་བཏང་བཏང་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་
 ཐོགས་གྱི་ཁེལ་ན་ཚུ་མི་འཐོབ། ཡིན་རུང་ དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་ཐོགས་ནང་ བཙུགས་ཡོད་མི་ཞལ་འདེབས་འདི་ལོག་འཐོབ།

ཉ་༢༠.༤.༣༽ འཛོ་རྟེན་མ་དབྱེལ། ཉ་༢༠.༤.༣.༡༽ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་གཅིག་ཕྱག་ཞུ་སྤྱོད་དགོངས་ཞུ་འབད་བཅིན་ དེ་ར་གི་ཞལ་འདེབས་དང་
 གཡོག་སྤྱོད་མི་ཞལ་འདེབས་གཉིས་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྱོད་ཐོབ་ཡོད་མི་དང་སྤྱགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ཞུ་འེ་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
 འཐོབ། ཉ་༢༠.༤.༣.༢༽ དགོངས་མ་ཙུ་བསྐྱད་བཏང་བཏང་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ ལས་གཡོག་པའི་ཁ་བྲུག་ལས་ ཞལ་འདེབས་བཙུགས་ཏེ་ཡོད་མི་དང་
 སྤྱོད་དང་སྤྱགས་བསགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལོག་འཐོབ།

ཉ་༢༠.༤.༤༽ ཟླ་རིམ་བྱུར་ཐོགས་དང་འཛོ་རྟེན་མ་དབྱེལ། ཟླ་རིམ་བྱུར་ཐོགས་དང་ འཛོ་རྟེན་མ་དབྱེལ་གྱི་ཁེལ་ན་ཐོག་ལས་ ཟླ་རིམ་བཞིན་དུ་
 སྤྱོད་དགོ་པའི་བྱུར་ཐོགས་གྱི་ཁེལ་ན་དང་ འཛོ་རྟེན་མ་དབྱེལ་འཐོབ་དགོ་པའི་དབྱེལ་བསྐྱོམས་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ཞུ་འེ་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
 སྤྱོད་དགོ།

ཉ་༢༠.༤.༥༽ གནས་སྐྱད་ས། དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་ཐོགས་དང་འཛོ་རྟེན་མ་དབྱེལ་གྱི་ཁེལ་ན་འདི་ གནང་བ་ཐོལ་ནིའི་གཞི་རྟེན་སྤྱོད་གཡོག་བྲལ་བཏང་
 བའི་བཀའ་རྒྱུའི་འདྲ་གཅིག་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ཞུ་འེ་བྱུར་ཐོགས་དང་འཛོ་རྟེན་མ་དབྱེལ་ལུ་གཏང་དགོ།

༼ ༢༠.༧.༤ རྒྱ་ལྷན། བསལས་ཏེ་ཡོད་པའི་དངུལ་བསྐྱེམས་འདི་ འཐུས་མི་འདི་གིས་རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ཚུའི་བྱར་ལོགས་དང་འཛོལ་ཆེན་མ་དངུལ།
ཡང་ན་ གཤམ་སྤྱོད་མི་ལུ་དངུལ་སྤྱོད་འབད་དགོཔ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་བཏོག་བཞག་ནི་དང་ མ་སྤྱོད་པར་བཞག་ནི། ལཱ་བཀའ་ནི། ཡང་ན་
གཞུང་བཞེས་གཏང་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཆོག།

༼ ༢༠.༧.༡ དབང་ཚད། དགོངས་ཚུའི་འབད་མི་ལུ་ དགོངས་ཚུའི་བྱར་ལོགས་དང་འཛོལ་ཆེན་མ་དངུལ་གྱི་ཁེམ་ན་འདི་ བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་རྒྱལ་
ཡོངས་དགོངས་ཚུའི་བྱར་ལོགས་དང་འཛོལ་ཆེན་མ་དངུལ་གྱིས་སྤྱོད་དགོ།

༼ ༢༠.༧.༤ ལྷ་གཤམ་གི་བདེན་དུང། བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དགོངས་ཚུའི་གསོལ་ར་དང་ དགོངས་ཚུའི་བྱར་ལོགས་དང་འཛོལ་ཆེན་མ་དངུལ་
གྱི་ཁེམ་ན་ཐོབ་བཟོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལྷ་གཤམ་གི་འདི་ རོས་འཛིན་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཅིག་གིས་ རང་སེའི་གཤམ་དེབ་དང་འཁྲིལ་ བདེན་དུང་འབད་དེ་
འབྲེལ་ཡོད་འབྲི་ཤོག་ནང་ལུ་བདེན་སྦྱོར་འབད་དགོ།

༼ ༢༠.༧.༤ འགྲུལ་འཐུས། ཕ་བསྐྱེད་གཏང་མི་མ་བཅུས་པར་ རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཞེན་ཏེ་ ལྷ་གཤམ་ནང་ལས་དགོངས་ཚུའི་འཕྱོ་བ་ཅིན་
མཐའ་མའི་གཞི་ཆེན་དངུལ་ལོགས་དང་འདྲ་མཉམ་སྡེ་ རྒྱུ་ལོག་ཅིག་གི་དངུལ་བསྐྱེམས་འདི་ འགྲུལ་འཐུས་སྡེ་འཐོབ་དགོ།

༼ ༢༠.༧.༡༠ གནས་སྤོར་གནང་གྱིན། ཕ་བསྐྱེད་གཏང་མི་མ་བཅུས་པར་ རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཞེན་ཏེ་ ལྷ་གཤམ་ནང་ལས་དགོངས་ཚུའི་འཕྱོ་བ་
ཅིན་ ཞི་གཤམ་པ་ལུ་ གནས་སྤོར་གནང་གྱིན་འདི་ རྒྱུ་ལོག་ཅིག་གི་ཆེན་དངུལ་ལོགས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༼ ༢༠.༧.༡༡ སྤོར་ཆས་སྤྱེལ་འདེན་གྱི་སྒྲ་ཆ། ཕ་བསྐྱེད་གཏང་མི་མ་བཅུས་པར་ རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཞེན་ཏེ་ ལྷ་གཤམ་ནང་ལས་དགོངས་ཚུའི་འཕྱོ་བ་
ཅིན་ བྱར་དེབ་༡༠/༡༡་པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤོར་ཆས་སྤྱེལ་འདེན་གྱི་སྒྲ་ཆའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༼ ༢༠.༧.༡༢ སྤོར་ཆས་ཏེན་བཅོལ་ལས་འཆར། དགོངས་ཚུའི་འཕྱོ་མའི་ཞི་གཤམ་པ་འདི་ལུ་ ལས་གཤམ་པའི་སྤོར་ཆས་ཏེན་བཅོལ་ལས་འཆར་གྱི་ཁེམ་ན་
ལེན་ནིའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༼ ༢༠.༧.༡༣ བཟའ་ཚང་ལུ་སྤྱོད་རུང་བའི་ཁེམ་ན། ༼ ༡༡ ༽ ཉམས་ཚད་ཀྱི་དུས་ཡུན་བཅུས་ཏེ་ ཞི་གཤམ་ནང་སྤྱོད་པའི་རིང་ལུ་ ཤི་རྒྱེན་བྱུང་པ་
ཅིན་ རང་སེའི་བཟའ་ཚང་། ཡང་ན་ ཁྱིམ་མཐུན་གྱི་མི་ངོམ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ དགོངས་ཚུའི་ཁེམ་ན་ག་རའི་ཐོབ་དབང་ཡོད། ༼ ༡༢ ༽ ཞི་གཤམ་
ནང་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ལུ་ན་ཆ། ཡང་ན་ ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པ་འཕྱོ་མི་ལུ་བཞེན་ཏེ་ ལྷ་གཤམ་ནང་ལས་དགོངས་ཚུའི་འཕྱོ་བ་ཅིན་ རང་ཡང་ན་ རང་སེའི་
བཟའ་ཚང་། ཡང་ན་ ཁྱིམ་མཐུན་གྱི་མི་ངོམ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་གིས་ དགོངས་ཚུའི་ཁེམ་ན་ལེན་ནིའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༼ ༢༠.༥.༡༩ ༽ སྒྲེད་ཡོགས། སྒྲེད་ཡོགས་གང་རུང་ཡོད་ན་ དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་རྩིས་རྒྱུ་ཞིན་པུ་ (དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར། འབྲུལ་འབྲས་
དང་གནས་སོར་གནང་སྒྲིལ་ཚུ་) གཞི་རྟེན་དཔུལ་ཡོགས་དང་གཅིག་ཁར་བསྐབ་དགོ། ༼ འབྲི་ཤོག་༢༠/༡༽

༢༠.༥ ༽ རྒྱུ་ཐུང་དཔུལ་སྒྲིལ།

༼ ༢༠.༥.༡ ༽ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་ མཐའ་མའི་དཔུལ་ཡོགས་ལེན་སའི་ལས་སྒྲེལ་ས་ལེན་དགོ། ༼ ༢༠.༥.༢ ༽ གཞུང་གི་ལས་སྒྲེ
དང་ མི་མང་གཞི་གསུམ་ལས་འཛིན་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་ཕྱག་ཁྱུ་ཡོད་མི་ལུ་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ ལཱ་གཞི་གསུམ་ལུ་ན་མི་བྱམ་རིང་ལུ་སྒྲིལ་
དགོ། ༼ ༢༠.༥.༣ ༽ ལོ་བསྐར་དཔུལ་ཡོགས་ཡར་སེང་འདི་ དགོངས་ཁྱའི་ཆོས་གྲངས་ཀྱི་ཤུལ་མའི་ཉིན་མ་འདི་ལུ་ཤོག་པ་ཅིན་ ལོ་བསྐར་དཔུལ་ཡོགས་
ཡར་སེང་འདི་བྱིན་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་རྩིས་རྒྱུ་ཞིན་པུ་འཛོག་འབད་དགོ། ༼ ༢༠.༥.༤ ༽ ཞི་གཞི་གནང་ལུ་སྒྲིལ་པའི་རིང་ལུ་
ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་སྐབས་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་དང་གཞན་ཁེ་ཕན་ཚུ་ མི་ངོམ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ལུ་སྒྲིལ་ཆོག། ༼ ༢༠.༥.༥ ༽ ཞི་གཞི་གནང་ལུ་སྒྲིལ་
པའི་རིང་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་སྐབས་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་དང་གཞན་ཁེ་ཕན་ཚུ་ གལ་སྲིད་མི་ངོམ་བཏོན་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་
འབྲེལ་ཏེ་སྒྲིལ་དགོ། ༼ ༢༠.༥.༦ ༽ འབྲུལ་འབྲས་དང་གནས་སོར་གནང་སྒྲིལ། སྒྲེད་ཆས་སྒྲེལ་འབྲེན་སྐབས་ཚུ་ ལོ་གསུམ་སྒྲེལ་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་
ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ཞི་གཞི་གཙམ་ཅའ་ཡིག་གི་ལེའུ་ཆ་ཙམ་ བདང་པ་ པའི་ནང་ གཞི་གསུམ་གྱི་ཉུང་མཐའི་ལཱ་གཞི་གསུམ་འགན་ཚུ་
བསྐབས་ཡོད་པ་ཅིན་རྒྱུང་མ་གཅིག་སྒྲིལ་དགོ། ༼ ༢༠.༥.༧ ༽ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་དགོངས་ཁྱུ་འབད་མི་ཞི་གཞི་གསུམ། ཡང་ན་ ཁོ་
གི་མི་ངོམ་སྒྲེལ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་ མི་སྒྲིལ་ནི་དང་། དེ་ཡང་༼ ༢༠.༥.༨ ༽ གཞུང་གི་ཁྲིམས་
ལུ་གསལ་ནང་ལུ་ ཡིག་ཆ་དག་ལུ་འགན་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་སྒྲིལ་སྒྲེལ་ ཐོན་ཡོད་མི་ཙམ་གཞི་བསྐར་འབྲུང་འབད་དེ་ཡོད་མི་དང་ ཉེས་བྱ་ཤོག་ཡོད་པ།
༼ ༢༠.༥.༩ ༽ ཚུད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཉེས་བྱ་ཤོག་ཡོད་པ་ཡང་ན་ ཤོག་ཞི་ཁྲིམས་ཤེས་བཞིན་ཏུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་མ་འོངས་པར་བྱིལ་སྒྲིལ་
པ། ༼ ༢༠.༥.༡༠ ༽ གཞུང་གིས་བསྐོས་པའི་དབང་འཛིན་དང་ཡང་ན་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལུ་ མི་ངོམ་དེ་གི་ཉེ་མ་དང་དཔྱེའི་གནས་སྐབས་ལུ་ ཁོ་ལཱ་
འབད་མི་ཅིག་ཞིན་པའི་དུ་ཐོན་ཡིག་རིགས། ཡིག་སྒྲེབ་དང་ ཡིག་ཆ་ཚུ་སྟོན་མ་བཏུབ་པ་དང་ཡང་ན་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་མ་བཅུག་པ་དང་ མཐོང་སར་
འོང་མ་བཏུབ་མི།

༢༠.༦ ༽ མི་ངོ་༼ ༢༠.༦.༡ ༽ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་སྐབས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྒྲེལ་ས་ འཐོབ་ནི་ཡོད་པའི་དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ མི་ངོམ་གཅིག་ཡང་
ན་ དེ་ལས་མངམ་ལུ་སྒྲིལ་ཆོག་པའི་དབང་ཆ་དེ་གི་ཉུང་མཐའི་ གསལ་བཀོད་འབྲི་ཤོག་ཐོག་ལས་ བཀོད་དེ་ཐུལ་དགོ། ༼ ༢༠.༦.༢ ༽ གོང་གསལ་ཤི་རྒྱུན་
སྐབས་ དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་ལེན་མི་ འི་མི་ངོ་ལེ་ཤེས་ཡོད་ཆེ་ མི་ངོ་རེ་ལུ་དཔུལ་བསྐོས་གཏེ་ སྒྲིལ་ནི་ཞིན་པའི་ཁགས་ལ་བཀོད་དགོ།
༼ ༢༠.༦.༣ ༽ མི་ངོ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ ཉམ་ར་འབད་རུང་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག་པ་མ་ཆད་ མི་ངོམ་གསལ་བཏོན་ཆོག། ༼ ༢༠.༦.༤ ༽ མི་ངོ་བཏོན་
ཡོད་མི་འདི་ གལ་སྲིད་ཤི་རྒྱུན་བྱུང་པ་ཅིན་ དེ་གི་ཐོབ་དབང་འདི་མི་ངོ་གལ་རང་བཞིན་གྱིས་འཐོབ་ནི་ཞིན་པུ་ འདི་གི་དབྱེ་བ་ཁགས་ལ་རྒྱུ་སྒྲེལ་བཀོད་
དགོ། ༼ ༢༠.༦.༥ ༽ ཉེ་མ་བཟའ་ཆང་མེད་མི་ཅིག་ ཤུལ་ལས་ཡོད་པ་ད་དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་ངོ་ཐོབ་ཀོད་འབད་དགོ། གལ་སྲིད་ཐོབ་ཀོད་འབད་མ་
ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁེ་ཕན་དེ་ཚུ་ཉེ་མ་གཏོན་མི་འི་མི་ངོ་ལུ་ཡང་ན་ སྐལ་བ་བཀོད་བཀོད་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྒྲིལ་དགོཔ་འཐོན་འོང་། ༼ ༢༠.༦.༦ ༽
མི་ངོ་བཏོན་མི་རེ་ལེ་བཞིན་དང་ མི་ངོ་ཆ་མེད་བཏང་བའི་བདུ་སྐལ་རེ་ལེ་བཞིན་ཏུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྒྲེལ་གིས་ཐོབ་པའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཆ་གནས་སྒྲེ
བཞག་རིང་ལུ་ཆ་གནས་ཡོད་པ་སྒྲེལ་བཅོད་དགོ།

༢༠.༡༽ སྤྲིག་རིམ། ༼ ༢༠.༡.༡ ༽ དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་སྐབས་ གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས་དང་ གཞུང་འབྲེལ་ལམ་ཡིག། ཡིག་སྒྲིང་། གྲུ་ཐོ་ཚུ་བཅེས་ པའི་གཞན་འགན་ཁག་ཅིས་སྤྱོད་མ་འབད་ཚུན་ འགན་ཁོལ་གཏང་མི་ཚེག། **བྱུང་སྐབས་ ༡༧/༡།** ༼ ༢༠.༡.༢ ༽ ལས་སྡེ་གིས་བཀོད་བྲབ་དང་མཁམ་ མཚེག་སྡེ་རིམ་གྱི་སྤྱིར་སྤྱོད་ཚུ་ ཞི་ལྷན་ལུ་ཅིས་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ། ༼ ༢༠ .༡.༣ ༽ ལས་སྡེ་གིས་དགོངས་ཁུ་འཁེལ་ནུ་འདི་ ལོ་ གྲངས་ཚང་བ་ཡངན་ དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་སྐབས་ འདི་འཕྲོ་ལས་ལས་གཡོག་ པའི་དགོངས་ཁུ་འཁེལ་ནུ་ སྤྱོད་ནི་ལྷན་རིམ་བསྐྱིག་དགོས་དང་ལྷན་ གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ དདུལ་སྤྱོད་ཚུ་ག་ར་ཚང་སྤྲིག་སྤྱོད་ཚུ་གསལ་འབད་དགོ། ༼ ༢༠.༡.༤ ༽ སྤྱོད་མེད་གཡོག་ཐོ་འཁེལ་གསལ་འདི་ བཟྱེ་མཐོང་དང་ ངལ་རངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འགན་ཁོལ་གཏང་དགོ། **༼ བྱུང་སྐབས་ ༢༠/༡ ༽**

༢༠.༢༽ གཞེངས་བསྟོད། ཉུང་ཤོས་ལོ་གྲངས་ ༢༠ གི་རིང་ལུ་ གཡོག་ཐོ་འཁེལ་སྤྱོད་མེད་པ་སྡེ་ ཞབས་ཏོག་ཁུ་སྤྱོད་དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་ནུ་ དབང་ ཚད་ཕྱིར་སྤེལ་དང་འབྲེལ་ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ལུ་གཡོག་ལུ་ ངལ་རངས་ཀྱི་གཞེངས་བསྟོད་ལག་ཁྱེར་གནང་དགོ། **༼ བྱུང་སྐབས་ ༢༠/༡༡ པ་དང་བྱུང་སྐབས་ ༢༠/༡༢ པ༽**

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

3

4

5

6

7

8

9

10</

206 **ལས་བྱངས་དམ་བཅའ་དང་གསལ་བྱ** ཟེར་མིའདི་ལྷ་གཤོག་ལུ་ལས་བྱངས་དང་ཀུན་
སྤྱོད་རྣམ་གཞག་ལུ་གནས་ནིའི་ལས་བྱངས་འབད་མི་ལུ་གོ།

207 **ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར** ཟེར་མིའདི་ མིང་མ་གང་རུང་ཅིག་གིས་འོས་ཚད་ཚུ་ཚང་པ་ཅིན་
ས་སྤོང་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཅིག། ཡང་ན་སྤྱོད་གཉེར་མོགས་རམ་གྱི་དོན་ལུ་ཁྱུ་ཡིག་བཅུ་གསུམ་ནི་དང་
དོ་འགྲན་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་ཅིག་ཨིན། དེ་ཡང་འབྲམ་མཉམ་དང་དངས་གསལ་ཅན་གྱི་ཐུ་རིམ་
བསྐྱབས་ཡོད་པ་དཔེ་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་གོ།

208 **ཀུན་གཏོགས་སྤོབ་གཉེར་མོགས་རམ** ཟེར་མིའདི་ རྒྱལ་གཞུང་ལུ་བྱངས་ཁ་དང་མ་དངུལ་གྱི་
ཐོག་ལས་གནོད་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྤོབ་གཉེར་མོགས་རམ་ལུ་གོ།

209 **ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ** ཟེར་མིའདི་ ལས་ཚོགས་ཅིག་གིས་དཔེ་བཟོ་ནི་གྱི་མོས་ཐག་ཚུ་གཅད་ནི་
དང་ ལཱ་ལུ་ཡར་དྲག་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ཐབས་ལམ་བཟོ་ནི་ཞེ། དེ་ཁར་རྒྱལ་གཞུང་དང་མི་མང་
ལཱ་ལྷན་ཚད་མཐོབ་འཕེལ་ཁྱོེ་ག་ལྟར་ལཱ་ལྷན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་དུས་རྒྱུན་རང་སེའི་འགན་དབང་དང་ལྷོགས་
གྲལ་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་བཅོམ་ལྷན་སྤྱོད་མི་ལུ་གོ།

40 **འདྲིས་སྤྱོད་ལས་རིམ** ཟེར་མིའདི་ ཞི་གཤོག་པ་ཅིག་ལུ་ལས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་དབྱུས། བཅོམ་ཐོང་།
འགན་དབང་། ལཱ་གི་གནས་སྤངས། འཆར་གཞི། ལས་རིམ། གོ་གནས། ལཱ་འགན་དང་འགན་
ཁུར། གཤོག་གི་འབྲེལ་བཤུགས། འབྲུག་གི་ཞི་གཤོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི། དངུལ་འབྲེལ་
བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་གཞན་ལས་ཚོགས་ཀྱི་འདོད་ཚུ་གོ་མས་འདྲིས་ཚུ་དང་བཅུག་ནི་ལུ་གོ།

41 **གཞི་འཛིན་ལས་སྤྱོད** རྒྱ་རིག་གོང་འཕེལ་དང་ལས་སྤྱོད་གཞན་ལུ་འབྲེལ་གྱི་ཁྱུ་བསྐྱར་སྤྱོད་ནིའི་
དོན་ལུ་དམིགས་བསལ་ལཱ་གཤོག་གི་སྤྱོད་ཚན་ཅིག་བསྐྱར་ནི་ལུ་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ལས་སྤྱོད་ཅིག་
ལུ་གོ།

42 **ལཱ་ལུ་འབྲེལ་བྱེད་པ** ཟེར་མིའདི་ ལཱ་ལུ་ལྷན་འབྲེལ་ག་དེམ་ཅིག་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཨིན་
ན་ཐག་བཅད་དེ་དབྱེད་ཕྱད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འོས་འབབ་ལྡན་པའི་སྤྱོད་ཚན་ལུ་ལཱ་ལུ་ལྷན་འབྲེལ་གྱི་སྤྱོད་
འབྲེལ་ཡིག་ཐོག་བཀོད་ནིའི་བྱ་རིམ་ལུ་གོ།

43 **ལཱ་ལུ་འབྲེལ་བྱེད་ཞིབ** ཟེར་མིའདི་ ལཱ་ལུ་འབྲེལ་བྱེད་དང་ལས་གཤོག་པ་སོ་སོའི་ལྷོགས་གྲལ་
དང་རྣམས་འོས་བརྟན་གཞིབ་འབད་
ནི་གཉེས་ཆར་ལུ་གོ།

44 **མིང་མ** ཟེར་མིའདི་ མི་གཅིག་ ཚོང་ཤོགས། ལས་འཛིན། ལས་ཚོགས། ཚོང་ལས། ལས་
སྤྱོད། ལས་ཁུངས། ཡན་ལག་སྤྱོད་ཚན། ཡང་ན་གཞན་ཁྱེད་མཉམ་མཉམ་གྱི་ལས་སྤྱོད། གཞུང་། ཡང་ན་
སྐྱེར་སྤྱོད་ལུ་འབྲེལ་བྱེད་ཚུ་གི་རྒྱུན་འཛིན། རོང་ཆུ་ཡང་ན་དེ་ཚུ་གི་ལས་ཚབ་ལུ་གོ།

45 **ཉེས་པ་ཡངས་སྤྱོད** ཟེར་མིའདི་ འབྲུག་གི་ ཉེས་འགེལ་ཁྱེད་མཉམ་དེབ་ནང་བཀོད་མི་དང་འབྲེལ་
ཏེ།

46 **གོ་གནས།** ཟེར་མིའདི་ མིང་ཅིག་གིས་ལཱ་དང་འགན་ཁུར་འབག་ནི་བཅུས་ཏེ་གོ་གནས་ཅིག་གི་
གཞི་རྟེན་སྤྱོད་ཕན་ལུ་གོ།

47 **གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ** ཟེར་མིའདི་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་གོ་གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་
རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ལཱ་གཤོག་གི་དབྱེད་ཞིབ་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ དེ་དང་འབྲེལ་
མཉམ་གྱི་དངུལ་ཕྲོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལྷན་པའི་ ཞི་གཤོག་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལུ་གོ།

48 **གོ་གནས་ཀྱི་མིང** ཟེར་མིའདི་ གོ་གནས་འདི་གི་རྒྱ་ཆེའི་ལཱ་འགན་བཟུང་མཚན་སྟོན་ནི་དང་ དེ་
ལས་རྒྱས་ན་ཞི་གཤོག་གི་རིམ་པ་ནང་གོ་གནས་དེའི་གནས་རིམ་སྟོན་མི་ལུ་གོ།

49 **འགོ་མཐོང་།** ཟེར་མིའདི་ འགོ་ཐོག་མཐོང་མ་ཅིག་གསལ་རེ་རེ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ལུ་གོ།

50 **མིང་གཙོ་ཅན།** ཟེར་མིའདི་ ཞི་གཤོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འབྲེལ་མཉམ་གསལ་གཤམ་སྤྱོད་ལོ་
རེ་ལེ་རྒྱུ་དང་པ་ཅིན་ཐོབ་བཟོ་དང་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ཁོར་འཕྲོད་མཉམ་གསལ་གསལ་འབྲེལ་བའི་
བདེ་མེད་ཅིག་ལུ་གོ།

51 **སྐྱེར་གྱི་ཚོང་སྤྱོད།** ཟེར་མིའདི་ ཚོང་ལས་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་འབྲེལ་བཤུགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་ལུ་མི་
མང་ཚོང་སྤྱོད་མཉམ་པའི་ཚོང་སྤྱོད་ཅིག་ལུ་གོ།

52 **བཀག་དམ་ཅན་གྱི་མཐུན་རྒྱུན།** ཟེར་མིའདི་ ཁྲིམས་གཞི་བཅའ་ཡིག་ནང་འབྲེལ་བཤུགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་
མི་ལུ་གོ།

53 **གོ་གནས་ཡར་མེད།** ཟེར་མིའདི་ གནས་རིམ་གོང་མར་འགྲོ་མཉམ་པའི་ཞི་གཤོག་པ་ཅིག་གི་གཤོག་
རིམ་ལས་གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེད་གསལ་པ་དང་དེ་གི་དངུལ་ཕྲོགས་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་གོ་གནས་གོང་མཉམ་
ས་སྤོང་སྤྱོད་མི་ཚུ་ལུ་གོ།

54 **ཆོས་ལུ་གསལ་སྤྱོད་སྤྱོད།** ཟེར་མིའདི་ སྤྱོད་འདོད་མེད་རུང་དོན་ཆེད་ར་གཞན་གྱི་ཆོས་ལུ་གསལ་འབད་
བཅུག་པ་དང་དང་པ་བསྐྱེད་བཅུག་མི་ལུ་གོ།

55 **མི་མང་ཚོང་སྤྱོད།** ཟེར་མིའདི་ ཚོང་ལས་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་འབྲེལ་བཤུགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་ལུ་མི་དང་འབྲེལ་
དེ་རའི་བཀོ་བཤུ་འཚུ་མི་མང་ལུ་ཐིན་ནིའི་དོན་ལུ་དེའི་དགོངས་དོན་གྱིས་དབང་ཆ་སྤྱོད་པའི་ཚོང་སྤྱོད་
ཅིག་ལུ་གོ།

56 **ཞི་ལྷན་གྱིས་གངས་འབྲུ་གྲུབ་པའི་གཙོ་གཞི་ལུ་གསལ་ཐོབ་ཚད་ཅན།** ཟེར་མིའདི་ རྒྱལ་ཡོངས་གནས་
རིམ་གྱི་གཙོ་གཞི་ལུ་གསལ་ཐོབ་ཚད་ཅན་གྱི་གཤོག་པ་ཅིག་གིས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་ལས་ གང་མ་འབྲུ་གྲུབ་
པའི་གཙོ་གཞི་ལུ་གསལ་ཐོབ་ཚད་ཅན་ཚུ། ཡང་ན་དེ་བཅུམ་མའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་ལས་བཅུ་གསུམ་པའི་ཏེ་མ་
ཞི་གཤོག་ནང་ལུ་གཤོག་པ་ཅིག་གིས་ཆོས་ཐོབ་ཚད་ཅན་ཚུ་ལུ་གོ།

57 **སྤྱོད་ལུ་གནང་སྤྱོད།** ཟེར་མིའདི་ གཞུང་ཚབ་ཅིག་ལུ་ ཁོང་རའི་གོ་གནས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རང་
དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་སྤྱོད་མཐོན་ལུ་གཏང་ནིའི་འགོ་མཐོང་མ་དངུལ་ལུ་གོ།

58 **འཛིན་པའི་ཚོང་སྤྱོད།** ཟེར་མིའདི་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ས་གོ་ཅིག་ནང་གི་རྒྱ་རིམ་སྤོབ་
གཉེར་མོགས་རམ་མ་དངུལ་གྱི་ཚད་གཞི་ལུ་གོ།

59 **བཀག་དམ་ཅན་གྱི་གསལ་བསྐྱེད་པ།** ཟེར་མིའདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤྱོད་ཞི་གཤོག་པ་རྒྱུ་མ་
གཅིག་གིས་ཁྱུ་ཡིག་ལུ་སྤྱོད་པའི་འོས་འབབ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་བཟུང་གོ་སྐབས་ཀྱི་གསལ་བསྐྱེད་པ་ལུ་གོ།

60 **འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤོབ་གཉེར་མོགས་རམ** ཟེར་མིའདི་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ས་སྤོབ་ ཡང་
ན་ཐོབ་ཚད། ཡང་ན་མ་དངུལ། ཡང་ན་ལས་འབྲུག་གི་ཐོག་ལས་གནང་བའི་སྤོབ་གཉེར་མོགས་
རམ་ལུ་གོ།

61 **རྒྱལ་གཞུང་།** ཟེར་མིའདི་ གངས་སུ་ཁྱེད་མཉམ་བཟོ་སྤྱོད་དང་དང་ཁྱེད་མཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ འཛིན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན།

62 **མོང་གཞི་བཀོད་གཤོག་གནས།** ཟེར་མིའདི་ མོང་འགག། ཡང་ན་དུང་འགག་སྤྱོད། མོང་འགག་དང་གཤམ་ས་
སྤྱོད་བཅུས་པའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་བཟང་བའི་གཤོག་གནས་ལུ་གོ།

63 **སྤོབ་གཉེར་མོགས་རམ་གྱི་མང་འཛོལ།** ཟེར་མིའདི་ མིང་མ་ཅིག་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ལུ་རྒྱ་རིང་སྤོབ་
བཟུང་མཉམ་གསལ་ལུ་གསལ་ཐོབ་པའི་དོན་ལུ་སྤོབ་འབྲུག་ འཛོལ་མཉམ་ སྤོབ་འབྲུག་ཡང་ཆག་འབྲུག་
ཐོབ་སྤྱོད་ཚུ་ལྷན་ལུ། ཡང་ན་ཐུན་ཀའི་མང་འཛོལ་གཞན་ཚུ་ལུ་གོ།

64 **སྤོབ་པ་གཤོག་པ།** ཟེར་མིའདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ལས་གཤོག་ནང་ལས་གཤོག་པའི་ཆ་རྒྱུན་ལུ་མ་
གཉོད་པ་སྤྱོད་མི་སྤོབ་པ་ལྷོགས་གྲུབ་ གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ཞི་གཤོག་གི་ནང་འཁོད་དང་ཕྱི་ཁུ་
གནས་སྤོབ་པ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་བཟང་བའི་གནས་མོར་ལུ་གོ།

65 **དུང་ཆེན་ཡིག་ཚད།** ཟེར་མིའདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཤོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དུང་ཆེན་ཡིག་ཚད་ལུ་གོ།

66 **གཞུང་དུང་ཆེན།** ཟེར་མིའདི་ ཅུ་ཁྱེད་ཆེན་པོའི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབྲུག་མང་པ་
བདག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་གིས་བསྐོས་བཞག་གནང་བའི་སྤྱོད་ཚུ་སྤྱོད་ཚུ་གཞུང་དུང་ཆེན་ཡིག་ཚད་གི་འགོ་
འཛིན། ཡང་ན་ལྷན་ལག་གི་དུང་ཆེན་ཡིག་ཚད་གི་འགོ་འཛིན་ལུ་གོ།

67 **དམིགས་བསལ་ལས་ཚན།** ཟེར་མིའདི་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་སྤྱོད་འོས་གཤོག་པ། དཔེར་ན།
སྤོབ་སྤྱོད་པ་དང་དུང་འཛོལ་ཕྲོགས་པ་ལུ་གོ།

68 **རིག་ཅུལ།** ཟེར་མིའདི་ གོ་གནས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་གནང་ཡོད་པའི་ལཱ་དང་ལཱ་འགན། འགན་ཁུར་
ཚུ་བཅག་ནིའི་ ལས་གཤོག་པ་ཅིག་གི་ལྷོགས་གྲུབ་ལུ་གོ།

69 **ལས་གཤོག་པའི་བོད་རིས་དང་གྲངས་འཛོན།** ཟེར་མིའདི་ ལས་སྤྱོད་ནང་ལུ་ མཐུན་འབྲེལ་
དང་འགན་ཁུར། འགན་འཁུར་ཚུ་བཅུས་པའི་གནང་བ་གྲུབ་པའི་གཤོག་གནས་ཚུ་ལུ་གོ།

70 **འཛོན་པུ་གཞི།** ཟེར་མིའདི་ ཁྱེད་མཉམ་པའི་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲུག་པ་འཛོན་པུ་གཞི་ལུ་གོ།

71 **འཛོན་པུ་གཞི་བཀག་འཁོག།** ཟེར་མིའདི་ འཛོན་པུ་དང་ཅིག་ལུ་ཆེད་མངག་གི་ཡིག་ཆ་དང་། ཡང་
ན་ཅ་ཆས་ཚུ་འབག་སྤྱོད་བཅར་དགོ་པའི་བཀག་འཁུ་ལུ་གོ།

༡༡༢ **ལྷ་བཀོད་པ།** ཟེར་མི་འདི་ ལས་སྒེའི་ནང་ལུ་ལས་གཤེགས་ཅིག་གིས་ ལཱ་གི་བསྐྱབས་སྟོན་མང་ཤོས་
 ལེན་ས་དང་ ཐང་ཀར་དུ་སྤྲན་ཞུ་ལུ་སའི་ལྷག་གི་འགོ་དཔོན་ལུ་གོ།
 ༡༡༣ **ཙ་བསྐྱད།** ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཤེགས་ནང་ལས་དགོངས་ཞུ་འཁོར་མེད་པར་བཏོན་བཏང་བ། ཨིན་
 རུང་ཁོར་འཛིན་མ་དངུལ་དང་སྤེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་མ་དངུལ་གྱི་དོན་ལུ་བཏོགས་པའི་རིགས་སྟེང་
 དང་སྒྲགས་ཏེ་འཐོབ་ནི་དང་ གཡུ་ས་ལོག་འབྲུལ་འབྲས་ཡང་འཐོབ་ནི་ལུ་གོ།
 ༡༡༤ **ཐ་དམ་ཚིག།** ཟེར་མི་འདི་ ཡིད་ཆེས་དང་སྒོ་གཏད། དེས་ཤེས་དང་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད། ཡར་བས་
 སྟོད་བཟང་གི་འགན་ཁུར་ལུ་གོ།
 ༡༡༥ **བཅའ་ཡིག།** ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཤེགས་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མ་འདི་ལུ་
 གོ།
 ༡༡༦ **ཁྲིམས་འབྲས།** ཟེར་མི་འདི་ བཅོན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཚབ་ལུ་ འབྲས་སྟོད་མི། ཡང་ན་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་
 ཉེས་ཐུ་སྟོད་མི་ལུ་གོ།
 ༡༡༧ **གནས་མེད།** ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཤེགས་ཅིག་གིས་ གནས་རིམ་འདྲ་མཉམ་ནང་ལུ་ ས་གནས་
 གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་། ཡང་ན་ལས་སྒེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་། ཡང་ན་ལཱ་འགན་གཅིག་ལས་
 གཅིག་ནང་ལུ་འཁྱོམ་མི་ལུ་གོ།

༡༡༨ **བརྒྱུད་འབྲུལ་སྤྱད་མེད།** ཟེར་མི་འདི་ རྩི་རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་བཟུང་། ཡང་ན་གཞུང་འབྲེལ་ལྷ་སྟོར་ལུ་
 འཁྱོམ་བའི་སྐབས་ས་གནས། ཡང་ན་གནམ་ཐང་ནང་ལུ་ ཉུང་ཤོས་དུས་ལུ་ན་རྩ་ཚོད་བརྒྱུད་ཚུན་
 བསྐྱགས་སྟོད་ནི་ལུ་གོ།
 ༡༡༩ **འབྲུལ་འབྲས།** ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཤེགས་ཅིག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གཞུང་དོན་ལྷ་སྟོར་ལུ་འཁྱོ་
 བའི་སྐབས་འཛོམས་འབྲུལ་འབད་བའི་འཛོམས་གི་རྒྱུད་འབྲས་སྟེ་སྟོད་མི་ལུ་གོ།
 ༡༢༠ **ཙ་བ་གསུམ།** ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁོད་དང་རྒྱལ་ཁབ། མི་མེར་གསུམ་ལུ་གོ།
 ༡༢༡ **ས་སྟོང།** ཟེར་མི་འདི་ གནང་བ་ཐུབ་པའི་གོ་གནས་ནང་ ད་ལྟོ་གཤེགས་གིས་སྟོང་སྟེ་ཡོད་མི་ལུ་གོ།
 ༡༢༢ **སྟོ་འདོད་དགོངས་ལྟ།** ཟེར་མི་འདི་ རང་གིས་དང་འདོད་གྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ཞུ་འཁོར་མེད་ནང་
 གཅིག་ཁར་དགོངས་ཞུ་འབད་མི་ལུ་གོ།
 ༡༢༣ **ལཱ་གཤེགས་ལས་སྒེ།** ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཤེགས་འདི་གིས་ལཱ་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་ལས་སྒེ་ལུ་གོ།

|

ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
ཐིམ་ཕུག།
འགྲེམ་སྒྲིམ་ ༡༢༢ །
བརྒྱན་འཕྲིན་ ༣༢༢༦༦༣ / ༣༢༥༢༢༦ / ༣༢༥༢༢༧ །
པར་འཕྲིན་ ༣༢༢༩༩༢ །
སྒྲིག་འཕྲིན་ ddc@dzongkha.gov.bt

Dzongkha Development Commission
Thimphu
Post Box 122
Phone 322663/325226/325227
Fax 322992
Email ddc@dzongkha.gov.bt